SAYI 273 AĞUSTOS 2019 FİYATI ₺ 10.00

lezzet.com.tr

LEZZET

ISSN 1301-1294
K.K.T.C. FİYATI ₺ 12.50

HEPSİ DENENMİŞ, GARANTİLİ!
90 tarif

DALINDAN SOFRAYA
Vişne ve üzüm ile
Pankek, turta, limonata, frozen, pasta

ZİYAFET ZAMANI

\+

BAYRAMLIK ETLERLE *NE PİŞİRELİM?*

10 Bir çırpıda pişen **REÇEL**

JALE BALCI'DAN
Cevizli paşa kurabiyesi, yedi bölge baharatlı kuzu şiş, tam tahıllı ve nar ekşili salata, otlu kaymaklı bulgur pilavı, çikolatalı ve lokumlu brownie

AYDAN ÜSTKANAT'TAN
Sıcaklarda giden
ŞİPŞAK TARİFLER

ISSN 1301-0514
KKTC FİYATI ₺ 15
11287 SAYI: 2019/08 AĞUSTOS FİYATI ₺ 12

İSTANBUL

LIFE

ÇAĞLAR ERTUĞRUL
'AFİLİ AŞK'IN YAKIŞIKLISI

KEŞFEDİN!
EN YENİ 6 MEKAN

OĞUZ YENİHAYAT
ŞEHİRDEN FAVORİLERİ

ALAÇATI-BODRUM
YAZLIK POPÜLER EĞLENCE MEKANLARI

ŞEHİRDE BU AY KAÇIRILMAYACAK 47 ETKİNLİK

Yaz bitmeden mutlaka...

HAVUZLARDAN PLAJLARA, TERASLARDAN AÇIK HAVA SİNEMALARINA GECE KULÜPLERİNDEN SERİNLETEN LEZZETLERE 81 ÖNERİ

İSTANBUL'U YAŞAYANLARIN DERGİSİ

TIKLAYIN İNDİRİN

elele

HER AN YANINIZDA!

Tıkla indir!

ELELE'DE HER AY
MODA, GÜZELLİK, İLİŞKİ, SEKS, TEKNOLOJİ, KARİYER, OTOMOBİL, YEMEK, DEKORASYON, ÖZEL RÖPORTAJLAR

www.elele.com.tr

facebook.com/eleledergisi twitter.com/eleledergisi instagram.com/eleledergisi Snapchat: EleleDergisi

YAZA ÖZEL SAYI

formsanté

DAHA SAĞLIKLI, AKTİF VE DOĞAL BİR YAŞAM İÇİN

İNDİRMEK İÇİN TIKLAYIN!

ETİNİZİN LEZZETİ ZAMANA

KURBAN GİTMESİN

COOK Buzdolabı Poşeti ile kurban etlerinizi güvenli ve hijyenik bir şekilde uzun süre saklayın.

COOK®

cook.com.tr

Ağustos aşkına!

Tenimizi sıcacık güneşe teslim edip ayaklarımızı kuma gömdüğümüz, bu sayede yılın tüm yorgunluğunu, bitkinliğini üzerimizden attığımız kısa süren ama şahane geçen aylardayız. Ne yalan söyleyeyim benim için ağustosun yeri diğerlerinden farklıdır. Gezegenim de olan Güneş'in en çok hissedildiği ay olması mı, bayıla bayıla tükettiğim sebze ve meyvelerin bu ayda çıkması mı, kışı hiç mi hiç sevmememden mi, yoksa hepsinden mi bilemiyorum. Neyse ki benim gibi ekip arkadaşlarım da "yaz insanı"... İsteklerimiz, heyecanlarımız bu ay hiç olmadığı kadar uyuştu... Müthiş bir enerjiyle oturduk konu toplantısına; coşkumuzu tüm sayfalara yansıtalım istedik. Özenle seçtik tüm konuları, itinayla çektik fotoğraflarımızı... Vizörlerinden sadece yemeğe değil, ışığa, kombine, bütüne, en önemlisi yemeğin ruhuna bakan İlkay Öztürk, Sezer Alçınkaya ve Özgür Bakır ile yine harika kareler çıkarttık.

Tariflerin hem her evde sevilecek reçeteler olmasına dikkat ettik, hem de ilham versin, ufuk açsın, deneyen herkes pişirirken kendi yaratıcılığını konuşturabilsin istedik. Bu konuda zevkine çok güvendiğim sevgili İnci Bak yine bizi şaşırtmadı...

Elbette küçük ama dev mutfak ekibi... Sevgili Hülya, Büşra ve stüdyomuzun emektarı Fehire Abla son düzlükte, en vurucu sunumu yakalamak için yine oradaydı... Temmuz ayında son dönemin en çok satılan sayılarından birini yaptığımızı öğrendiğimizde yazın coşkusunu daha çok hissettik, sorumluluğumuz daha da arttı. Bu vesileyle önce ekip arkadaşlarıma, sonra yıllardır bizimle yürüyen siz okuyucularımıza gönülden teşekkür ediyorum. Bu ay hayli "doyurucu" bir içerikle karşınızdayız anlayacağınız. Damak tatlarına, vizyonlarına bayıldığım Aydan Üstkanat, Jale Balcı ve Zeynep Ağaoğulları bu ay da tüm yaratıcılıklarını konuşturdular. Tariflerini mutlaka deneyin.

Müslüman alemi için en önemli bayram olan Kurban Bayramı için özel bir içerik hazırladık. Mutlaka incelemenizi tavsiye eder, hepinizin bayramını kutlarım.

Sevgiyle...

Vecihe Sözeri

Takip et!

vecihesozeri

Sevdiklerim

USTA ELİNDEN ÇIKMA
Five Oclock Kitchen'ın mutfak şefi Çiğdem Seferoğlu, yaratıcı fikirlerini Lezzet okurları ile paylaştı. Nefis salatalar, zeytinyağlılar ve tatlılar içeride... **s.48**

FERAHLATAN ÇORBALAR
Yaz-kış çorbadan vazgeçemiyorsanız üzülmeyin. Sıcaklarda da, günün her saati yiyebileceğiniz, içinizi serinletecek, doyurucu çorbalarımız var. **s.66**

BİR ÇIRPIDA 10 REÇEL
Kayısı, böğürtlen, şeftali, limon... En sevdiğiniz yaz meyveleriyle hazırladığımız pratik ve tadına doyulmaz reçellerimizi hemen deneyin. **s.60**

Lezzet ağustos

s. 30

BAYRAM ÖZEL

SOFRALARI ZİYAFETE ÇEVİREN ET YEMEKLERİ

İç pilavlı gerdan dolması, rezeneli ve kuzu hurmalı tagine, soslu kuzu külbastı, ıspanaklı patates püresi yatağında kuzu pirzola, ciğer yahnisi, fırında kuzu kol, pideli kuzu incik

LEZZET ATÖLYESİ

s.70

ADIM ADIM

LİMONATA

YAPIM AŞAMALI

10 AYDAN ÜSTKANAT
HAVA FECİ SICAK O ZAMAN ŞİPŞAK
Peynirli kabak dolması, limon kremalı sakızlı parfe, ton balıklı makarna salatası, buğdaylı karides, kısır

16 DALINDAN SOFRAYA
VİŞNE VE ÜZÜM
Siyah üzümlü bomba tatlısı, fırında vişneli pankek, siyah üzümlü ve cevizli turta, vişneli ve Hindistan cevizli limonata, kokulu üzümlü karpuz frozen, vişneli soğuk tatlı

24 JALE BALCI
KURBAN BAYRAMI'NI DOĞRU KUTLUYOR MUYUZ?
Cevizli paşa kurabiyesi, tam tahıllı ve nar ekşili salata, yedi bölge baharatlı kuzu şiş, sebze ızgara ile, otlu kaymaklı bulgur pilavı, çikolatalı ve lokumlu brownie

40 MEVSİMİN GETİRDİKLERİ
KABAK VE PATLICAN
Tavuklu kabak salatası, pesto soslu fırında patlıcan kebap, nohutlu zeytinyağlı kabak, güveçte patatesli patlıcan sufle, kabak beğendili et sote, cacıklı patlıcanlı köfte

48 MİSAFİR ŞEF: ÇİĞDEM SEFEROĞLU
FERAH BİR SOFRA İÇİN...
Lor peynirli incirli tart, ızgara şeftalili bahçe salatası, salatalı baton peynir, nohutlu imam bayıldı, kabak çiçeği dolması, vişneli semizotu cacığı, vişneli bamya

54 ZEYNEP AĞAOĞULLARI
SERİNLETEN TATLAR
Anjelik erikli dondurulmuş yoğurt, kayısılı Hindistan cevizli dondurulmuş yoğurt, vişneli kakaolu dondurulmuş pasta, hurmalı vanilyalı dondurma, ılık frambuaz sosu ve şeftali ile, dondurulmuş üzümler, kavunlu muzlu dondurma

60 GELENEKSEL MUTFAK
BİR ÇIRPIDA PİŞEN 10 REÇEL
Kayısı reçeli, 21 dakikada ahududu reçeli, yaban mersini reçeli, 21 dakikada böğürtlen reçeli, yabani incir reçeli, 21 dakikada çilek reçeli, erik reçeli, şeftali reçeli, kiraz reçeli, limon kabuğu reçeli

65 ANATOMİ
SEZAR SALATA

66 PRATİK MUTFAK
FERAHLATAN ÇORBALAR
Soğuk patates çorbası, acı biberli ayran çorbası, soğuk patlıcan çorbası, yaz meyveleri çorbası, kabaklı ve yarma mısırlı ayran çorbası, soğuk avokado çorbası

80 ASTROLOJİ
BASKILI PLÜTONİK AY TUTULMASI BİZİ NASIL ETKİLEYECEK?

— TÜRKİYE'DE BİR İLK —

SİZİN MODUNUZ NEYSE ONUN MODU O

Yarısını soğutucu veya kapalı seçenekleriyle de kullanabileceğiniz, her ihtiyacınıza yönelik **Arçelik MultiMode Derin Dondurucu.**

Koç

arcelik.com.tr
444 0 888

arçelik

ZORLU
/tac
/tacstyle
tac.com.tr

TAC

Taç ile
rüya gibi bir yaz...

Birbirinden güzel nevresim takımlarından rengarenk pikelere,
kusursuz çizgilerle tasarlanan perdelerden yumuşacık bornozlara kadar
evinize yaz neşesini taşıyacak en güzel ürünler Taç'ta.

Freja Pike Takımı

DOĞA SEVERLERE

Doğanın enerjisiyle modunuzu yükseltin.

Doğal dokudan vazgeçemiyorsanız mevsimine göre değil, zevkinize göre dekore ediyorsanız tarzınızı sofralarda da ortaya çıkarın. Ahşap, jüt, hasır, el yapımı doğayla özdeş seramikler... Doğayı yansıtan evlerde, doğayı yansıtan sofralar kurun.

HASIR PEÇETELİK ₺19.99, HASIR SAKSI ₺34.99, YAPAY BİTKİ ₺34.99, **İKEA**. AMBER RENGİ BARDAKLAR ₺28.50-₺30, AHŞAP KASE ₺37.50 **PORLAND**. EL YAPIMI TABAK ₺135, FİNCAN ₺65, **ZEN CERAMICS**. AHŞAP MUMLUK ₺49, **LİNENS**. SERVİS HASIRI ₺75, **ANY**. ZEYTİN AĞACI SUNUM TAHTASI ₺250, **BAKERWOOD**. AHŞAP ÇATAL-BIÇAK-KAŞIK ₺5'ER, **FERİKÖY ANTİKA PAZARI**. KIRLENT ₺69.99, JÜT RUNNER ₺69.95 **MUDO CONCEPT.**

Styling: BÜŞRA SARI TINAZTEPE Fotoğraflar: SEZER ALÇINKAYA

Cesaretini göster

Egzotik tarzla farkınızı ortaya koyun.

Son yıllarda oldukça popüler olan egzotik tarz özellikle yaz mevsimine çok yakışıyor. Renkli tarzı ve farklı formlara bürünen objeleriyle sofralara renk katıyor.

PARROTS YASTIK KILIFI ₺59.99, MOR BARDAK ₺14.99, KAKTÜS VAZO ₺129.99, SÜRAHİ ₺199.99, ANANAS ÇEREZLİK ₺16.95, COLORFUL ÇATAL-BIÇAK ₺699.99, **MUDO CONCEPT**. KAKTÜS MUMLUK ₺32.99, YAPRAK FORMLU TABAK ₺45, **LİNENS**. EL YAPIMI KAKTÜS TABAK ₺250, **ZEN CERAMICS**.

Işıltıdan vazgeçemeyenlere

Gösterişli tarzın asaletine yer açın.

Klasiğin olmazsa olmazı gold, popülerliğini sofralarda da koruyor. Modası asla geçmeyecek bu stil, özellikle avangarde dekorasyona sahip evlerin sofralarıyla buluşunca konsept tamamlanmış oluyor.

GOLD ÇATAL-BIÇAK TAKIMI ₺599.99, KAŞIKLIK ₺89.99, MAŞA TAKIMI ₺89.99, **MUDO CONCEPT**. SAKSI ₺8.99, YAPAY BİTKİ ₺19.99, KAHVE ÖLÇEĞİ VE KLİPSİ ₺29.99, MUMLUK ₺44.99, PEÇETELİK ₺39.99, **İKEA**. TABAK ₺80, AYAKLI SU BARDAĞI ₺27.01, ŞAMDAN ₺120, **PORLAND**.

Hava feci sıcak o zaman ŞİPŞAK

Bu yıl İstanbul mevsim normallerinin altında kaldı ama genel olarak özellikle de ağustos ayı fazla sıcaktır. Acıkırsın ama canının ne istediğini bilmezsin. Mutfakta geçirdiğin anlar uzarsa yemek yapmak işi ciddi ızdıraplı bir hal almaya bile başlayabilir. Böyle zamanlarda mutfaktaki işi kolaylaştırmanın formüllerini bulmalıyız. Malzemelerin ferahlatanını ve hazmı kolay olanlarını tercih etmeliyiz. İçinden geldiği gibi salatalar yapmak belki de en iyisi. Yine de bu sayfalara bakanlar için yaz günlerinde sıklıkla yaptığım, hazırlaması 15 dakikayı geçmeyen pratik ve lezzetli yaz yemeklerimden bazıları ile baş başa bırakıyorum sizi, afiyetle!

Aydanca

Aydan Üstkanat
Yemek yazarı, stilisti, fotoğrafçısı
@aydanustkanat
aydanca@aydanustkanat.com

Ton balıklı
makarna salatası

s. 13

Kısır

8 KİŞİLİK

- **1.5 su bardağı köftelik bulgur**
- **2 su bardağı ılık su**
- **1 çorba kaşığı domates salçası**
- **1 çorba kaşığı biber salçası**
- **2 sivri yeşil biber (Tercihen)**
- **6 taze soğan (İnce kıyılmış)**
- **1 limonun suyu**
- **1/2 demet taze nane**
- **1 tatlı kaşığı kimyon**
- **Yarım çay kaşığı karabiber**
- **Yeteri kadar tuz**
- **1/2 su bardağı zeytinyağı**

ÜZERİ İÇİN
- **1 domates (Kabuğu soyulmuş)**
- **2 adet salatalık (Kabuklu)**

1 Zeytinyağının yarısında biber ve domates salçasını kavurun.
2 Bulguru yıkayıp bir kaba alın, üzerine ılık suyu ilave edip suyu çekene kadar bekletin. Salçalı karışımı koyup, çatal ucuyla taneleri birbirinden ayırarak karıştırın.
3 Taze soğanı ve naneyi temizleyip ince olarak doğrayın. Limon suyu, salça, kimyon, karabiber, tuz ve yağı bulgura ekleyip karıştırın. İnce kıyılmış taze biber, nane ve taze soğanı ilave edin.
4 Lezzetini kontrol edip soğuması için buzdolabında biraz bekletin. Salatalığı ve domatesi küp olarak doğrayıp biraz tuzla karıştırın. Kısırı servis tabağına alın, üzerine salatalıklı domatesi ekleyip servis yapın.

İyi bir kısır için limon suyu, tuz ve zeytinyağını damak tadınıza göre ayarlamalısınız. Tariflere bağımlı kalmayın. Sevdiğiniz kuru baharatları veya kapari, turşu gibi malzemeleri de bonkörce ekleyin.

Limon kremalı sakızlı parfe

6 KİŞİLİK

- **4 adet yumurta beyazı**
- **4 adet yumurta sarısı**
- **1 adet ananas (Taze)**
- **2 tatlı kaşığı sakız (Toz halinde)**
- **200 ml krema**
- **4 yemek kaşığı agave şurubu (Veya 3 yemek kaşığı bal)**
- **1 çay bardağı su (Kaynamış)**
- **Yeteri kadar bisküvi (Şekersiz)**

1 Kaynar suyun içine şurubu koyup eritin ve içine yumurta sarılarını ekleyip pişmesine izin vermeden çok hızlı çırpın. Renginin iyice açılmasını ve köpürmesini sağlayın.
2 Mikserde yumurta beyazlarını pofuduk olup katılaşana kadar çırpın, kremayı da ayrı bir kapta çırpın. Ananası blender'da püre haline getirin.
3 Kremanın içine sakızı ekleyin. Yumurta sarısını ve ananas püresini de ilave edip el çırpıcısı ile karıştırın. İçine pofuduk haldeki yumurta aklarını tek yöne karıştırarak söndürmeden tamamen yedirin.
4 Kare bir kaba bisküvileri taban yapın. Üzerine parfe karışımını boşaltıp derin dondurucuda en az 6 saat dondurun. Servis ederken üzerine parçalanmış bisküvi serpin.

Ton balıklı makarna salatası

4 KİŞİLİK

- **1/2 paket mini midye makarna**
- **2 kutu ton balığı konservesi**
- **1 su bardağı süzme yoğurt**
- **4 yemek kaşığı ev yapımı mayonez**
- **Kiraz domates (İkiye kesilmiş)**
- **1 çay bardağı zeytinyağı**
- **2 yemek kaşığı pesto sos**
- **1 kase taze bezelye (Çiğ eklenecek)**
- **1 limon suyu**
- **8-10 adet kornişon turşu**

AYRICA
- **Bahçe semizotu, fesleğen, arzu ettiğiniz baharatlar**

1 Makarnayı 8 dakika diri olacak şekilde tuzlu suda haşlayın. Bu arada malzemeleri hazırlayın. Bir kapta yoğurt, zeytinyağı, limon suyu, mayonez ve pesto sosu çırpın.
2 Haşlanan makarnanın suyunu süzüp sosu içine atın ve karıştırın. Ton balığını ekleyin.
3 Servis tabağına semizotunu yatak yapın, üzerine makarnayı ekleyin. Üzerine arzu ettiğiniz taze veya kuru baharatları, kornişon turşuyu ekleyip, dilerseniz domates serpiştirin.

Makarna salatası yaz için en güzel yemeklerden biridir. Zeytin, mısır, ızgara enginar, haşlanmış otlar çok yakışır.

Yazar

Kabakları tuzlayıp 1 saat bekletmek hem lezzet verir hem de kabaklara ön haşlama yapmayı gerektirmez, yumuşatır.

Peynirli kabak dolması

10 ADET

- **10 adet yuvarlak mini kabak**
- **200 g lor peyniri**
- **200 g gravyer peyniri (Rende)**
- **1 adet yumurta**
- **1 yemek kaşığı un**
- **Tuz**

1 Kabakların içini oyup, tuzlayın ve 1 saat bekletin. Fırını 180 derecede ısıtıp kabakları 15 dakika pişirin ve çıkarın.
2 Peynirler, yumurta ve unu karıştırıp kabakların içine doldurun. 200 derecede ısınmış fırında üzeri kızarana kadar, yaklaşık 25 dakika pişirin.

Buğdaylı karides

4 KİŞİLİK

- **8 adet jumbo veya 12 adet orta boy karides**
- **Sakızlı zeytinyağı**
- **1 bütün sarımsak (Kabuklu)**
- **3 su bardağı su**
- **Karidesin kafaları ve kabukları**
- **1 su bardağı yarma buğday**
- **1 yemek kaşığı tereyağı**
- **1 yemek kaşığı un**
- **100 g kaşar peyniri (Rendelenmiş)**
- **Zeytinyağı**
- **1 çay kaşığı toz damla sakızı**
- **Kornişon turşu**
- **Dereotu**
- **Yeteri kadar tuz**
- **Bir tutam tane karabiber**

1 Derin bir tencerede karides kafalarını karabiber taneleri ile haşlayıp süzgeçten geçirerek suyunu tencereye alın ve buğdayı bu suda biraz tuz atarak haşlayın.
2 Haşlanan buğdaya rende kaşar peyniri, tereyağı ve toz sakızı ekleyip karıştırın. Buğdayı iyice yumuşatıp sakız kıvamına getirin.
3 Bir tavada zeytinyağını ısıtın, kabuklarıyla sarımsakları ekleyin, ocağın altını kısıp kapağını kapatın ve 5 dakika sarımsakların pişmesi için bekleyin. İçine karides ve sakızlı zeytinyağını ekleyin. Karideslerin rengi kırmızıya dönüştüğünde, yaklaşık 3-4 dakika sonra acaktan alın. Servis için keşkeği servis tabağına taban olarak yayın, üzerine karidesleri ilave edin. Kornişon turşu ve dereotu ekleyip servis yapın.

Buğday ve baklagilleri önceden haşlayıp 200 gramlık poşetlerde dondurursanız, hızlı ve pratik salata ve mezeler hazırlayabilirsiniz.

DÖKÜMDEN GELEN LEZZET
GUSTO PLUS
Gusto Plus'la yemek yapmak daha keyifli.
Alüminyum döküm tencere ve tavalarının ısı koruma özelliğiyle
kısık ateşte en zor yemekleri kolayca pişirin.
KORKMAZ
Hayatın lezzeti
x2 KAT YÜKSEK PERFORMANS
ÇİZİLMEZ YAPIŞMAZ
ALÜMİNYUM DÖKÜM
VOLKANİT
NON-STICK
powered by
WEILBURGER
www.korkmaz.com.tr
/lezzetuzmani
/lezzetuzmani
/korkmazhayatinlezzeti

Vişne

Fırında vişneli pankek
s. 20

üzüm

Tarifler: İNCİ BAK
Yapım: HÜLYA ÇAKIR
Yapım asistanı: FEHİRE MISIRLI
Styling: BÜŞRA SARI TINAZTEPE
Fotoğraflar: İLKAY ÖZTÜRK
Servis tabakları ve aksesuarlar:
TURUNCU İÇERİK ATÖLYESİ

Siyah üzümlü ve cevizli turta

s. 20

Mevsimin en güzel meyveleri vişne ve üzümün faydaları saymakla bitmez. Bu meyvelerden harika tatlılar yapmaya ne dersiniz?

Vişneli soğuk tatlı

4 KİŞİLİK

- **2 paket hazır vanilyalı puding**
- **1 su bardağı taze vişne (Çekirdekleri çıkartılmış)**
- **2 su bardağı vişne suyu**
- **2 su bardağı süt**
- **1 tatlı kaşığı tuzsuz tereyağı**

KAVANOZU SÜSLEMEK İÇİN
- **2 paket bitter çikolata (160 g kadar)**

ÜZERİ İÇİN
- **1 su bardağı vişne tanesi**
- **1 su bardağı süt**
- **1 çay kaşığı tarçın**
- **2 yemek kaşığı mısır nişastası**
- **2 yemek kaşığı toz şeker**

AYRICA
- **Dondurma**

1 Çikolatayı benmari usulü eritin. Servis kavanozlarının veya bardakların ağız kısmına dekoratif bir şekilde yani fotoğrafta gördüğünüz gibi batırın. Buzdolabına alıp soğumaya bırakın.
2 Vanilyalı pudingi, vişne suyunu ve sütü tencereye alın. Sürekli karıştırarak yoğun bir kıvam elde edene kadar pişirin. Ocaktan almaya 5 dakika kala blender'da püre haline getirdiğiniz vişnelere tereyağını ilave edin. Pürüzsüz bir kıvam aldıktan sonra ocaktan alın. Arada bir kaşıkla karıştırıp ılıtın.
3 Çikolatası donmuş servis bardaklarına tatlıyı paylaştırın. Tekrar buzdolabına alıp soğuması için bekletin.
4 Üzeri için sütü, nişastayı, şekeri ve tarçını sos tenceresine alın. Sürekli karıştırarak yoğun bir kıvam elde edinceye kadar pişirin. Ocaktan almaya birkaç dakika kala vişne tanelerini ekleyin. 1 dakika kadar karıştırıp ocaktan alın. Vişneli karışım soğuyunca servis bardaklarına, yani tatlının üzerlerine paylaştırın. Tekrar buzdolabına alın. 1-2 saat beklettikten sonra dondurma ile servis yapın.

Vişne iyi bir melatonin kaynağıdır. Uyku problemi yaşayan kişilerde melatonin hormonunun düzenlenmesine yardımcı olur. Bu sayede vücudun biyolojik saati dengelenmiş olur.

KidzMondo'da Bonuslular'a özel

%30 İNDİRİM!

Garanti BBVA ve Bonus özellikli kartlarınızla KidzMondo gişelerinden alacağınız biletlerde %30 indirim* sizi bekliyor.

Garanti bonus

*%30 indirim kampanyası 01 Temmuz 2019 – 31 Ağustos 2019 tarihleri arasında Trump İstanbul AVM'de yer alan KidzMondo gişelerinden alınan biletlerde geçerlidir. %30 indirim ödeme esnasında otomatik olarak toplam tutara yansıtılacaktır. İndirim kampanyasına Garanti BBVA kredi kartları, tüm Bonus'lar, Miles&Smiles kredi kartı, Shop&Fly, American Express Card'lar dahildir. Yıllık Kart ve Aile Paketleri indirime dahil değildir. Ayrıca bu kampanya, başka kampanyalarla birleştirilemez.

TRUMP
ALIŞVERİŞ MERKEZİ
www.trumpalisverismerkezi.com

KidzMondo
ÇOCUKLARIN DÜNYASI
TRUMP İSTANBUL

#kidzmondoistanbul | www.kidzmondoistanbul.com

SPONSORLARIMIZ

Hürriyet KANAL D PEGASUS ÜLKER

Aytemiz BEREKETDÖNER bilişim garajı Çokokrem DANKEK dream FABER CASTELL Golf Hilton MiGROS slow 95.3 SUZUKI yupo yurtiçkargo

Fırında vişneli pankek

6 KİŞİLİK

- **500 g vişne (Çekirdeksiz ve tercihen büyük boy)**
- **50 g tereyağı (Benmari usulü eritilmiş)**
- **4 adet yumurta (Oda sıcaklığında bekletilmiş)**
- **1 su bardağı ılık süt**
- **1 su bardağı un (Elenmiş)**
- **Bir tutam tuz**
- **150 g toz şeker**
- **1 çay kaşığı vanilya**

1 Çok derin olmayan yuvarlak bir fırın kabının tabanını ve kenarlarını yağlayın. 1-2 yemek kaşığı kadar da toz şeker serpin. Tabanı tamamen kaplayacak ve tek sıra olacak şekilde vişne tanelerini dizin.
2 Hamuru için yumurtaları, tuz ve toz şekerle birlikte çırpma teliyle pütürsüz bir kıvam alana dek çırpın. Kalan malzemeyi ilave edin. Birkaç dakika daha çırpın. Akıcı kıvam haline getirdiğiniz karışımı, vişne tanelerinin üzerini kaplayacak şekilde dökün (Hamur çok sulu krep hamuru gibi olacağı için vişne taneleri üste çıkacaktır). Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 40-45 dakika pişirin.

Siyah üzümlü ve cevizli turta

6-8 KİŞİLİK

HAMURU İÇİN
- **250 g tereyağı (Oda ısısında yumuşamış)**
- **1 yumurta**
- **1 çay bardağı pudra şekeri**
- **2 yemek kaşığı süzme yoğurt**
- **1/2 paket kabartma tozu**
- **2.5-3 su bardağı un**
- **1 paket vanilya**

ARASI İÇİN
- **2 adet kırmızı elma**
- **1 su bardağı siyah üzüm**
- **1 avuç ceviz içi (İri çekilmiş)**
- **1 çay kaşığı tarçın**
- **1 yemek kaşığı toz şeker**

ÜZERİ İÇİN
- **1 yumurtanın sarısı**
- **1 tatlı kaşığı pudra şekeri**

1 İç harcı için kabuğunu soyduğunuz elmaları küp küp doğrayın. Şeker, tarçın ve ceviz içi ile harmanlayıp suyunu çekene kadar pişirin.
2 Tart hamuru için un dışındaki tüm malzemeyi yoğurma kabına alıp karıştırın. Azar azar un ilave ederek pürüzsüz ve yağlı bir hamur elde edinceye kadar yoğurun.
3 Hamurun yarısını üzerinde yaprak, yonca veya yıldız desenli kurabiye hamuru yapmak için ayırın. Kalan hamuru tart kalıbına, kenarlarını da kaplayacak şekilde yayın. Üzerinde çatal yardımı ile tabanını tamamen delmeyecek şekilde delikler oluşturun ki pişerken kabarmasın.
4 Tart hamurunun içine soğuyan elmalı cevizli karışımdan dökün. Üzüm tanelerini serpin. Üzerine kalan hamurdan dekoratif hamur parçacıkları elde edip hamurun üzerini süsleyin.
5 Hamurların üzerine yumurta sarısı ve pudra şekeri karışımından fırça yardımıyla sürün. Önceden ısıtılmış 170 derece fırında, 40-45 dakika pişirin.

Siyah üzümlü bomba tatlısı

6 KİŞİLİK

- **250 g siyah üzüm**
- **250 g pembe üzüm**
- **250 g çilek**
- **250 g ahududu**
- **1 dilim ananas (Küp doğranmış)**
- **50-100 g kadar yaban mersini**
- **100 g toz şeker**
- **1/2 çay bardağı vişne suyu**
- **1/2 çay kaşığı tarçın**
- **1 su bardağı ceviz içi**
- **8 dilim bayat tost ekmeği veya normal ekmek dilimi**

SERVİS ÖNERİSİ
- **Çikolata sos**
- **Hindistan cevizi rendesi**
- **Vanilyalı dondurma**

1 Üzümleri tencereye alın. Şekeri, vişne suyunu ve tarçını ekleyin. Meyveleri çok fazla zedelemeden arada bir karıştırarak kaynamaya bırakın. Sos kaynamaya başlayınca ateşin altını kısın. 5 dakika bu şekilde pişirin. Ocaktan alın, suyunu süzüp daha sonra ekmeği ıslatmak için bir kenarda bekletin.
2 Kalan taneli karışımı doğranmış çilek, ahududu, ananas ve yaban mersini ile birlikte karıştırın.
3 Tost ekmeklerinin kenarlarını yani sert kısımlarını kesip önceden ayırdığınız sulu meyve suyu karışımına batırın ve streç filmle kaplanmış orta boy bir derin kasenin tabanını ve kenarlarını kaplayacak şekilde yerleştirin. Ortasındaki boşluğa ceviz içi ilave ettiğiniz meyveli karışımdan dökün. Üzerini kalan ekmek parçaları ile kapatın. Daha sonra üzerini tamamen kapatacak şekilde streçle gerdirerek örtün (Veya ağırlık yapması için bir tabak da yerleştirebilirsiniz).
4 Buzdolabında birkaç saat beklettikten sonra streçten kurtarıp servis tabağına ters çevirerek aktarın. Üzerini çikolata sos ve Hindistan cevizi rendesi ile süsleyin. Dilimleyip vanilyalı dondurma eşliğinde de servis yapabilirsiniz.

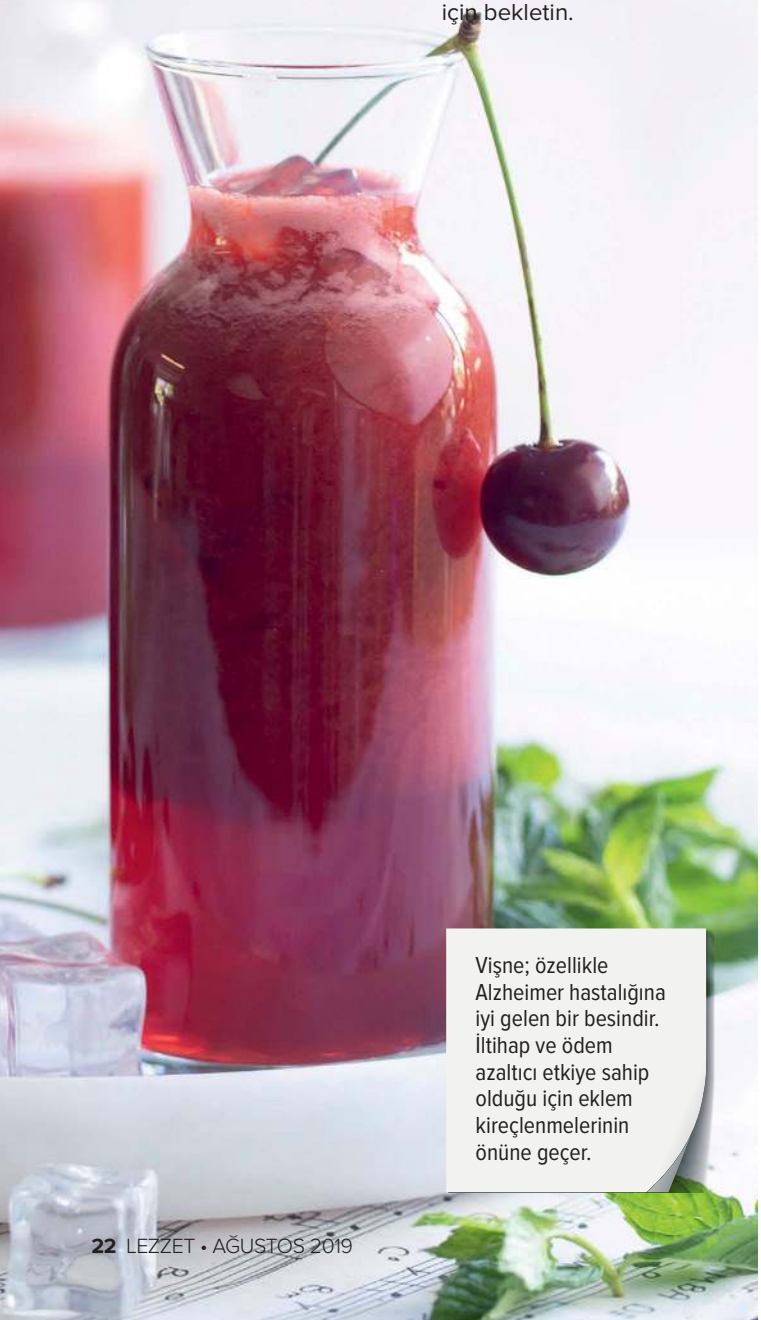
Vişne iyi bir melatonin kaynağıdır. Uyku problemi yaşayan kişilerde melatonin hormonunun düzenlenmesine yardımcı olur. Bu sayede vücudun biyolojik saati dengelenmiş olur.

Vişneli ve Hindistan cevizli limonata

1 SÜRAHİ İÇİN

- **500 g vişne (Çekirdekleri temizlenmiş)**
- **2 su bardağı toz şeker**
- **1/2 su bardağı (100 ml) limon suyu**
- **5 su bardağı (1 lt) su**
- **1 adet çubuk tarçın**
- **1 çay bardağı rendelenmiş Hindistan cevizi**

1 Vişneleri küçük parçalar halinde doğrayın. Üzerine şekeri ve çubuk tarçını ekleyin. Yaklaşık iki saat boyunca dinlenmeye bırakın. Tarçın çubuğunu vişnelerin içinden alın.
2 Şekerlenmiş vişneleri blender'dan geçirip püre haline gelene kadar karıştırın. Vişne püresine su, rendelenmiş Hindistan cevizi ve limon suyu ekleyin. İyice karıştırıp buzdolabında soğuması için bekletin.



Vişne; özellikle Alzheimer hastalığına iyi gelen bir besindir. İltihap ve ödem azaltıcı etkiye sahip olduğu için eklem kireçlenmelerinin önüne geçer.

Üzüm sadece kanserin önlenmesinde ve diyabet tedavisinde değil, aynı zamanda sağlıklı görme için de yararlıdır.

Kokulu üzümlü karpuz frozen

2-3 KİŞİLİK

- **1 büyük dilim karpuz (Çekirdekleri temizlenmiş)**
- **30 adet kokulu üzüm**
- **10 adet buz küpü**
- **1 yemek kaşığı lime suyu**
- **5 yaprak taze nane**

Karpuzu blender'a aktarın. Buz parçalarını, kokulu üzümleri, lime suyunu ve taze nane yapraklarını ekleyin. Blender'ı kısa aralıklarla çalıştırmaya başlayın. Tüm malzeme homojen bir karışım olunca servis bardaklarına bekletmeden aktarın. Soğuk servis yapın.

TRUMP LAND

Çocuklar için eğlencenin, aktivitenin, alışverişin adresi tüm yıl boyunca Trump'ın çocuk katı **Trumpland!**

ÇOCUKLAR İÇİN HER ŞEY TRUMPLAND'DE!

BİR KATI ÇOCUKLARA AYIRDIK!

TRUMP
ALIŞVERİŞ MERKEZİ

MECİDİYEKÖY / ŞİŞLİ
0 212 348 78 67

/TrumpAVM

www.trumpalisverismerkezi.com

Kurban Bayramı'nı doğru kutluyor muyuz?

JALE BALCI
ŞEF VE YEMEK KİTABI YAZARI
@jaleblc
jale@lokantafarina.com

Ramazan Bayramı ve Kurban Bayramı dini olarak en çok önem verilen bayramlar. Müslümanlar doğdukları andan itibaren pek çok kez bayram kutlaması yapıyor. Peki mutlu muyuz, zevk alıyor muyuz? "Bayram gelsin de, kutlayalım" mı diyoruz, yoksa "Bayramda nereye tatile gidelim?" diye mi düşünüyoruz? Evet, maalesef artık bayramlar anlamlarını yitiriyor, sadece tatil olarak adlandırılıyor. Bu hale niye mi geldik? Çünkü ritüeller o kadar az ki ve o kadar yanlış anlatılıyor ki...

Oysa ritüeller bazı şeyleri sürdürülebilir kılar.

KURBAN BAYRAMI, TESLİM OLMAKTIR

Kurban Bayramı bile aslında yanlış biliniyor; sadece kurban kesmek değildir bu bayram, teslim olmaktır, yüce Allah'a inanmaktır, güvenmektir, tevekkül etmektir.

Hayvanları kesip maaile etleri yemek, eşe dosta dağıtmak değildir. Bu bayramları bekleyen fakir fukarayı da bir nebze beslemektir. İkramda bulunmaktır.

Ama yapılanlar o kadar yanlış ki, insanı özellikle Kurban Bayramı'nda gerçekten

Cevizli paşa kurabiyesi

6-8 KİŞİLİK

HAMUR İÇİN
- **4 su bardağı un**
- **1 su bardağı pudra şekeri**
- **250 g tereyağı (Veya 1 paket margarin)**
- **1 paket kabartma tozu**
- **1 çay bardağı yoğurt**

ÜZERİ İÇİN
- **1 adet yumurta akı**
- **2-3 yemek kaşığı toz şeker**

DOLGUSU İÇİN
- **1.5 su bardağı ceviz (İnce çekilmiş)**
- **3 yemek kaşığı bal**
- **2 yemek kaşığı pudra şekeri**
- **1 tatlı kaşığı tarçın**
- **Bir tutam toz karanfil**

1 Hamuru için gerekli olan malzemeleri bir yoğurma kabına alarak pürüzsüz bir hamur elde edene kadar yoğurun. Üzerini örtüp 10 dakika dinlendirin.
2 Dolgu malzemelerini bir kasede karıştırın. Hamurdan ceviz büyülüğünde parçalar alıp elinizle yuvarlayın. İçlerini parmağınızla oyarak hafif açın ve hazırladığınız içten koyup açık kalmayacak şekilde yuvarlayın.
3 Yağlı kağıt serdiğiniz fırın tepsisine hazırladığınız hamur toplarını aralıklı olarak dizin. Üzerlerine yumurta akı sürün ve toz şeker serpiştirin. Önceden ısıtılmış 160 derece fırında hafif kızarana kadar pişirin. Hafif kızardığında fırından alıp soğutun.

Yapım ve styling: JALE BALCI
Fotoğraflar: HANDE GÖKSAN

ürkütüyor. Hayvanların ortalıklarda kesilmesi, denize atılan pislikler, kanlar o kadar rahatsız edici ki... Üstüne bir de yanlış anlatımlar... Gerçekten ne çocuklar ne de gençler bu bayramdan tat alır veya anlamaya çalışır hale geldi. Çok da haklılar!

Ramazan Bayramı'nda şeker, tatlı vs. güzel lezzetlerin hazırlandığı bir gelenek var. Sabahları anneler börek açarlar, bir ödül gibidir Şeker Bayramı, Ramazan'da tutulan oruçlar sonrasında...

Ama Kurban Bayramı için maalesef aynı şeyleri söyleyemeyeceğim. Siz neler düşünüyorsunuz?

İNSANİ GÖREVİMİZ

Niyet ederek kurban kesilmesine asla karşı değilim, ben de kestiriyorum ama nasıl biliyor musunuz? Hayvana yapılması gereken ritüellerle, verilen vekaletlerle, hayvanın ruhunu teslim etmesine ihtiyaç duyduğu dualarla, bu şekilde kurbanlık adıyorum.

Canlıların bazıları insanlara hizmet etmek için varolsalar da, her canlının da yenilemeyeceği doğrudur. Allah'ın sunduğu lütufları doğru kullanmak ve canlılara gerekenin dışında yaklaşmamak insani görevimizdir.

Yedi bölge baharatlı kuzu şiş, sebze ızgara ile

2 KİŞİLİK

- **400 g kuzu kuşbaşı**
- **4 adet mantar**
- **1 adet kapya biber**
- **1 adet yeşil biber**
- **1 adet kabak**
- **5 g zerdeçal**
- **5 g zahter**
- **5 g biberiye**
- **5 g safran**
- **5 g pul biber**
- **5 g beyaz biber**
- **5 g kırmızı toz biber**
- **50 g zeytinyağı**

1 Tüm baharatları derin bir kaba alıp harmanlayın ve zeytinyağını ekleyip iyice karıştırın.
2 Şişlere önce kuzu etlerini geçirin, en son uçlarına mantarları takın. Kenarları yüksek bir fırın kabına dizin. Hazırladığınız baharat karışımını şişlerin üzerine dökün ve üzerini streç filmle örtüp 24 saat bu karışımda bekletin.
3 Marinasyonda beklemiş kuzu şişleri, ızgara döküm tavada çok az bir yağla pişirin.
4 Sebzeleri çok küçültmeden doğrayın ve ızgara tavada pişirin. Sebzeleri servis tabağına dizin. Üzerine kuzu şişleri yerleştirip servis edin.

Tam tahıllı ve nar ekşili salata

4 KİŞİLİK

- **1 su bardağı haşlanmış buğday**
- **1/2 su bardağı haşlanmış yeşil mercimek**
- **1 çay bardağı iri bulgur (Sıcak suda bekletilmiş)**
- **1/2 su bardağı haşlanmış maş fasulyesi**
- **120 g karışık maskolin**
- **Birkaç dal maydanoz (İnce doğranmış)**
- **1/2 nar (Ayıklanmış)**

SOSU İÇİN
- **4 tatlı kaşığı doğal nar ekşisi**
- **4-5 yemek kaşığı zeytinyağı**
- **1/2 adet limonun suyu**
- **1 çay kaşığı kadar tuz**

1 Maydanozları maskolin ve tahıllarla birlikte derin bir kasede karıştırın.
2 Sos malzemelerini ayrı bir kasede iyice karıştırarak karışımın üzerinde gezdirin. En son üzerine nar tanelerini serpiştirip servis edin.

Otlu kaymaklı bulgur pilavı

4-6 KİŞİLİK

- **1 büyük soğan (Küp doğranmış)**
- **2 çorba kaşığı tereyağı**
- **2 su bardağı pilavlık bulgur**
- **3.5 su bardağı sıcak et ya da tavuk suyu**
- **10 dal taze nane (İnce kıyılmış veya 1-2 çorba kaşığı kuru nane)**
- **10 dal maydanoz (İnce kıyılmış)**
- **5 dal dereotu (İnce kıyılmış)**
- **2 yemek kaşığı manda yoğurdu kaymağı**
- **Tuz, karabiber**

1 Bulguru 1 saat önceden ıslatın ve süzün.
2 Bir tencerede tereyağını soğanla kavurun ve bulguru ekleyin. Biraz çevirdikten sonra suyunu ilave edin ve kapağını kapatıp pişmeye bırakın.
3 Pişmeye yakın tüm yeşilliklerle birlikte karabiberi, tuzu ilave edip karıştırın ve 3 dakika daha pişirin. Pişince iyice karıştırın, kaymağı ekleyip demlenmeye bırakın. Sıcak servis edin.

Yazar

Brownie'de sevdiğiniz kıvam daha cıvıksa, o zaman pişme sürenizi 30 dakikaya düşürebilirsiniz.

Çikolatalı ve lokumlu brownie

4 KİŞİLİK

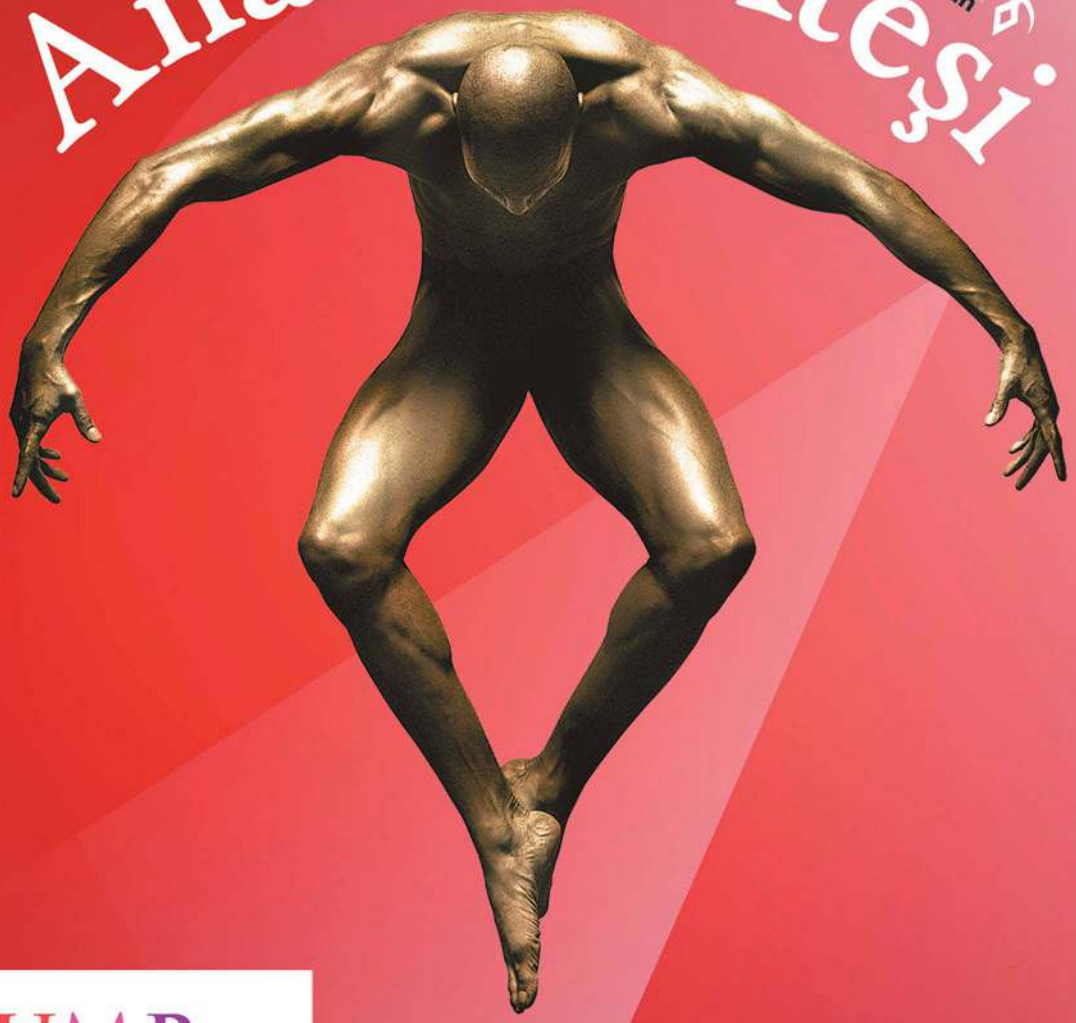
- 290 g bitter çikolata (Küçük doğranmış)
- 90 g lokum (Küçük doğranmış)
- 90 g (6 yemek kaşığı) tereyağı
- 3 yumurta
- 150 g (3/4 su bardağı) toz şeker
- 1 çay kaşığı vanilya özütü
- Bir tutam tuz
- 140 g (1 su bardağı) un
- 1/2 su bardağı beyaz çikolata (Küçük doğranmış)

1 20 cm'lik kare bir kek kalıbının tabanını ve yanlarını yağlayıp, tabanından dışarıya doğru hafifçe sarkacak şekilde bir yağlı kağıdı kesip yerleştirin. **2** Orta boy bir tencerede tereyağını eritin, ateşten alıp içine bitter çikolataları ekleyin ve spatula yardımıyla çikolatalar eriyene kadar karıştırın (Bu işlemi mikrodalgada da arada bir çıkarıp karıştırmak suretiyle yapabilirsiniz). **3** Derin bir karıştırma kabında yumurta, şeker ve vanilyayı mikserle çırpın. İçine yavaşça erimiş tereyağlı çikolatayı akıtarak çırpmaya devam edin. Un ve tuzu ekleyip çok kısa çırpın. Lokum ve beyaz çikolatayı da ilave edin ve spatula ile karıştırıp kare kalıba karışımı dökün, ardından spatula ile üzerini düzleştirin. Önceden ısıtılmış 150 derece fırında yaklaşık 35-40 dakika pişirin. Fırından alıp soğumaya bırakın. Servis ederken migrodalga fırında 3 dakika tekrar ısıtıp, servis yapabilirsiniz.

ANADOLU ATEŞİ
DANS OKULU
TRUMP AVM'DE

Anadolu Ateşi

Mustafa Erdoğan



TRUMP
ALIŞVERİŞ MERKEZİ
www.trumpalisverismerkezi.com

www.trumpalisverismerkezi.com

Bilgi ve Kayıt için: **0212 234 98 24** Kat: B3 www.anadoluatesi.com

anadoluatesi_ anadoluatesi_ fireofanatolia fireofanatoliaofficial

Kuzu incik: Toynaktan bileğine kadar uzanan kısma verilen addır. Kemikli bir et olduğu için haşlamalarda veya fırında uzun süre pişirilerek servis edilir.

Külbastı: Döş kısmının kola yakın en uç kısmından elde edilen kemiksiz ettir. İnce ince dilimlendikten sonra yassı hale getirilir ve bu şekle külbastı denir. Izgarası çok lezzetli olur.

Dana ciğer: Sakatatlar içerisinde en yaygın olarak tüketilen kısım karaciğerdir. Izgarasından yahnisine kadar alternatifi bol tariflerde yaygın olarak tercih edilir.

Kuzu kol: Kuzunun ön bacaklarına kol adı verilir. Genellikle sebze ve taze otlarla fırında uzun süreli pişirilerek tüketilir. Haşlama tariflerde de kullanılır.

Kuzu pirzola: Kuzunun sırt bölümünden elde edilen kısma pirzola denilmektedir. Bütün olarak pişirilirse çok lezzetli olur. Ama yaygın olarak bu bölümdeki kaburga kemikleri tek tek yani kalem kalem ayrılarak pişirilir.

Kuzu gerdan: Kuzunun boyun kısmından çıkarılan bölüme kuzu gerdan denir. İster kemiğinden ayrılarak kemiksiz et şeklinde, ister kemikli haliyle haşlamalarda kullanabilirsiniz. Kuzunun en lezzetli bölümlerinden biridir.

Sofraları ziyafete çeviren et yemekleri

Kurban Bayramı denilince akıllara haşlamasından ızgarasına mis gibi kokusuyla lezzete davetiye çıkaran lokum tadında et yemekleri gelir. Her sofranın başköşesinde yer alan et yemekleriyle tüm bayramınız ziyafet tadında geçsin.

Yapım: HÜLYA ÇAKIR
Fotoğraflar: SEZER ALÇINKAYA
Servis tabakları ve aksesuarlar: ESSE, IKEA, PORLAND, ZEN CERAMICS

İç pilavlı gerdan dolması

6 KİŞİLİK

- **1 kuzu gerdan**
- **2 yemek kaşığı zeytinyağı**
- **Tuz**
- **Karabiber**

İÇ PİLAV İÇİN
- **1 kuru soğan**
- **2 yemek kaşığı dolmalık fıstık**
- **1/2 çay bardağı zeytinyağı**
- **2 su bardağı pirinç**
- **2 su bardağı et suyu**
- **1 çay bardağı kuş üzümü**
- **Tuz**
- **Karabiber**
- **Kimyon**
- **Yenibahar**
- **Tarçın**
- **4-5 dal dereotu**
- **300 g ciğer**
- **2 yemek kaşığı tereyağı**

1 Bütün olarak kemiği ayrılmış gerdan etinin iç yüzeyine zeytinyağı sürüp tuz ve karabiberle tatlandırın ve birkaç saat buzdolabında bekletin.
2 Yemeklik doğradığınız soğan ve dolmalık fıstıkları zeytinyağında soğanlar pembeleşinceye kadar kavurun. Yıkayıp süzdüğünüz pirinçleri ilave edip pirinçler şeffaflaşıncaya kadar kavurmaya devam edin. Et suyu ve kuş üzümünü ekleyip tuz ve baharatlarla tatlandırın. Pirinçler yumuşayıncaya kadar kısık ateşte pişirin. İnce kıydığınız dereotunu ilave edip ocaktan alın. Üzerini bir havlu ile kapatarak 20 dakika dinlendirin.
3 Kuşbaşı doğradığınız ciğerleri 1 yemek kaşığı tereyağında kavurun. Ciğerler yumuşayıncaya kadar kısık ateşte pişirip ocaktan alın ve demlenen pilava ilave edip karıştırın.
4 Dinlenen etin ortasına iç pilavdan koyup rulo şeklinde sarın ve açılmayacak şekilde fırın ipi ile bağlayın. Yapışmaz yüzeyli geniş bir tavada kalan tereyağını eritin ve gerdan dolmasının her iki tarafını mühürleyin. Dikdörtgen bir fırın kabına alarak önceden ısıtılmış 180 derece fırında üzerini yağlı kağıt ile kapatarak 40 dakika pişirin. Yağlı kağıdı alıp 15 dakika daha kızarana kadar pişirip fırından çıkarın. Üzerindeki ipleri kesip dilimleyerek servis yapın.

Rezeneli ve hurmalı kuzu tagine

6 KİŞİLİK

- **2 soğan**
- **1 taze rezene**
- **3 diş sarımsak**
- **3 yemek kaşığı zeytinyağı**
- **1.5 kg kuzu koldan kuşbaşı et**
- **250 g hurma**
- **Tuz**
- **Karabiber**
- **Kimyon**
- **Kişniş**
- **Kırmızı toz biber**
- **Zencefil**

ÜZERİ İÇİN
- **Taze kişniş**

FİRİK PİLAVI İÇİN
- **15 arpacık soğan**
- **3 yemek kaşığı tereyağı**
- **2 su bardağı firik bulguru**
- **1 su bardağı haşlanmış nohut**
- **4 su bardağı et suyu**
- **Tuz**
- **Karabiber**

1 Yemeklik doğradığınız soğan, ince kıydığınız rezene ve sarımsağı zeytinyağında soteleyin. Soğanlar pembeleşmeye başladığında etleri ilave edip renkleri dönünceye kadar sotelemeye devam edin. Çekirdeklerini çıkarıp ikiye böldüğünüz hurmaları ekleyin, tuz ve baharatlarla tatlandırın. 1 su bardağı kadar suyu ilave edip kısık ateşte yaklaşık 1 saat pişirin. Et suyunu çekince kalan suyu ilave edip 1 saat daha pişirin ve ocaktan alın.
2 Firik pilavı için arpacık soğanları tereyağında hafif soteleyin. Firik bulgurunu ilave edip 5-6 dakika kavurun. Haşlanmış nohut ve et suyunu ilave edip tuz ve baharatlarla tatlandırın. 20 dakika pişirip ocaktan alın. 20 dakika dinlendirin.
3 Hurmalı ve rezeneli kuzu tagine'i bir servis tabağına alın. Üzerini taze kişniş ile süsleyin. Yanında firik pilavı ile sıcak servis yapın.

Çocukların istediği ne varsa
KidzMondo Yaz Kampı'nda!

Zengin içeriğiyle KidzMondo Yaz Kampı başladı.

BONUS'A ÖZEL
9 AYA VARAN
TAKSİT FIRSATI
bonus

KM 2019 YAZ Kampı

KidzMondo Açık Hava Yaz Kampı
- Açık Hava Aktiviteleri
- Dans ve Ritim Atölyesi
- Sanat Atölyeleri
- Botanik Atölyesi
- Şefler Atölyesi
- Havuz Saati

KidzMondo Uzmanlar Yaz Kampı
- Kavra-Keşfet-Kurgula STEAM ile 3K
- Yeni Medya ve İletişim Tasarımı YENİ
- Sahne Sanatları
- Minik Sanatçılar

KidzMondo TeknoPark Yaz Kampı
- Kodlama
- Mobil Kodlama
- 3D Tasarım
- Robotik Kodlama

Pazartesiden Cumartesiye
08.30 - 18.30 arası

Detaylı bilgi için:
0212 348 10 00
www.kidzmondoyazkampi.com

steam
Vivet Pitelon Sparkes

bilişim garaji

TRUMP
ALIŞVERİŞ MERKEZİ
www.trumpalisverismerkezi.com

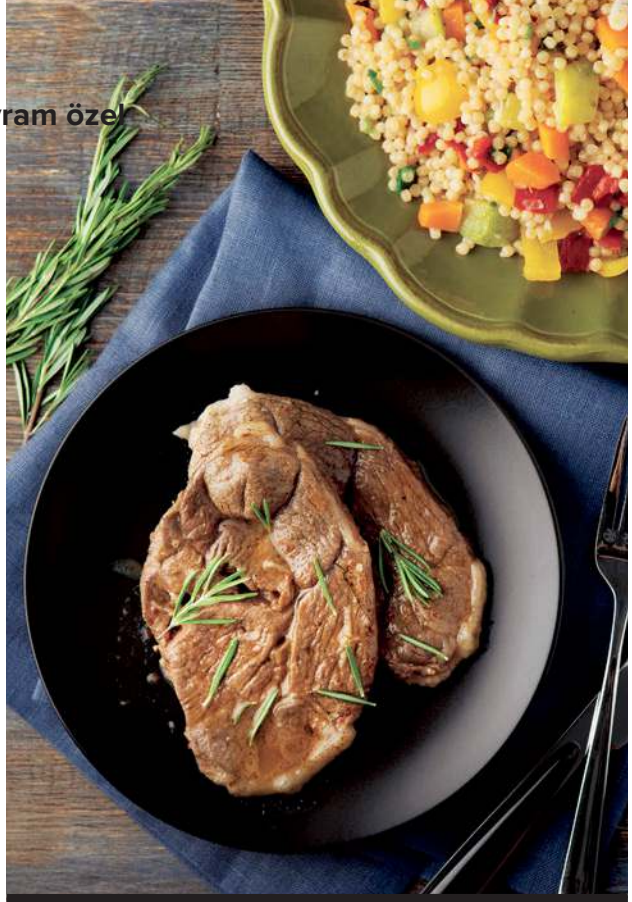
KidzMondo
ÇOCUKLARIN DÜNYASI
TRUMP İSTANBUL

#kidzmondoistanbul | www.kidzmondoistanbul.com

SPONSORLARIMIZ

Hürriyet · KANAL D · PEGASUS · ÜLKER

Aytemiz · BEREKETDÖNER · bilişim garaji · Çokokrem · DANKEK · dream · FABER-CASTELL · Golf · Hilton · MiGROS · SLOW TÜRK 95.3 · SUZUKI · yupo · yurtiçi kargo



Soslu kuzu külbastı

4 KİŞİLİK

- **1 kg kuzu külbastı**
- **1 çay bardağı zeytinyağı**
- **Kimyon**

SOSU İÇİN
- **4 diş sarımsak**
- **1 limon**
- **1/2 çay bardağı sirke**
- **1 su bardağı et suyu**
- **50 g eritilmiş tereyağı**
- **Tuz**
- **Karabiber**
- **Kırmızı pul biber**

SEBZELİ KUSKUS İÇİN
- **1 soğan**
- **4 yemek kaşığı zeytinyağı**
- **1 kabak**
- **1 dolmalık sarı biber**
- **1 havuç**
- **3 dal taze soğan**
- **2 su bardağı kuskus**
- **3 su bardağı et suyu**
- **1 dilim közlenmiş kırmızıbiber**
- **5-6 dal fesleğen**
- **4-5 dal nane**

1 Kuzu külbastı etlerini yayvan bir kaba alın. Üzerine zeytinyağı gezdirip kimyon serpin. Üzerini streç filmle kapatıp 40 dakika dinlendirin. Ezdiğiniz sarımsak, limon suyu, sirke, et suyu, erittiğiniz tereyağı, tuz ve baharatları bir kasede karıştırıp etlerin üzerine gezdirin. Etleri bir tencereye alıp kısık ateşte kapağı kapalı olarak 35-40 dakika pişirin.
2 Sebzeli kuskus için yemeklik doğradığınız soğanı zeytinyağında pembeleşinceye kadar soteleyin. Küp doğradığınız kabak, sarı biber ve havucu ilave edin. İnce doğradığınız taze soğan, kuskus ve et suyunu ekleyip kapağı kapalı olarak 10-15 dakika pişirin. Küp doğradığınız közlenmiş kırmızıbiber ve ince kıydığınız yeşillikleri ilave edin. Karıştırıp ocaktan alın.
3 Soslu kuzu külbastı etlerini yanında sebzeli kuskus pilavı ile sıcak servis yapın.

Ispanaklı patates püresi yatağında kuzu pirzola

4 KİŞİLİK

- **8 parça kuzu pirzola**

MARİNASYON İÇİN
- **1 çay bardağı zeytinyağı**
- **2 diş sarımsak**
- **4 yemek kaşığı taze kekik**
- **1 tatlı kaşığı tane karabiber**

ISPANAKLI PATATES PÜRESİ İÇİN
- **250 g kuzu ıspanak**
- **2 yemek kaşığı tereyağı**
- **5 haşlanmış patates**
- **Tuz**
- **Karabiber**
- **1/2 çay bardağı süt**
- **1 yemek kaşığı kaymak**

ÜZERİ İÇİN
- **Taze kekik**

1 Marinasyon için zeytinyağını yayvan bir kaba alın. Ezdiğiniz sarımsak, taze kekik ve tane karabiberi ilave edip karıştırın. Kuzu pirzolaları sosa ilave edip buzdolabında 40 dakika dinlendirin. Marine olan kuzu pirzolaları yapışmaz yüzeyli bir tavada kızartın.
2 Kuzu ıspanakları tereyağında soteleyin. Yumuşayınca ocaktan alın. Haşlanmış patatesleri geniş bir kaseye alın. Tuz ve karabiberle tatlandırıp bir ezici yardımıyla ezerek püre haline getirin. Ezdiğiniz patatesleri soteledığiniz ıspanakların üzerine ilave edin. Sütü ekleyip 6-7 dakika pişirin. Kaymağı ilave edip ocaktan alın. Pürüzsüz bir kıvam elde edinceye kadar blender'dan geçirin.
3 Ispanaklı patates püresini bir servis tabağına yayın. Üzerine pirzolaları yerleştirin. Taze kekik ile süsleyerek sıcak servis yapın.

Ciğer yahnisi

4 KİŞİLİK

- **500 g dana karaciğeri**
- **3 orta boy soğan**
- **1 kırmızı biber**
- **2 sivri biber**
- **2 domates**
- **Zeytinyağı**
- **Tuz**
- **Karabiber**
- **Yarım demet ince kıyılmış maydanoz**

BAHARATLI PATATES İÇİN
- **500 g bebek patates**
- **3 yemek kaşığı zeytinyağı**
- **2 diş sarımsak**
- **1 tatlı kaşığı tuz**
- **1 çay kaşığı köri**
- **1 çay kaşığı zerdeçal**
- **1 çay kaşığı kırmızı pul biber**

1 Kuşbaşı doğradığınız dana ciğerini yıkayıp süzdükten sonra geniş bir tencereye alın. Su ekleyerek bir taşım kaynatın. Süzüp kenara alın.
2 Ayrı bir tencerede zeytinyağını ısıtın. Küp doğradığınız soğanları zeytinyağında hafif rengi dönene kadar soteleyin. Yemeklik doğranmış domates, ince kıyılmış biberler ve haşlanmış kuşbaşı dana ciğeri ekleyip, tuz ve karabiberle tatlandırarak kısık ateşte 15 dakika pişirin. Ocaktan almaya yakın ince kıyılmış maydanozu ekleyerek 4-5 dakika daha pişirip ocaktan alın.
3 Bebek patatesleri iyice yıkayıp bir tencereye alın ve üzerini geçecek kadar su ilave edip haşlayın. Haşlanan patateslerin suyunu süzüp ortadan ikiye kesin. Geniş bir tavada zeytinyağını ısıtın. Sarımsakları rendeleyip tavaya alın. Tuz ve baharatları ilave edip karıştırın. Haşlanmış patatesleri ekleyip birkaç dakika soteleyin ve ocaktan alın. Ciğer yahninin yanında sıcak olarak servis yapın.

Fırında kuzu kol

4 KİŞİLİK

- **1 bütün kuzu kol eti**

BAHARATLI MARİNASYON İÇİN
- **1 çay kaşığı kişniş tohumu**
- **1 çay kaşığı rezene tohumu**
- **2 kakule tohumu**
- **Tuz**
- **Karabiber**
- **1 çay kaşığı kimyon**
- **1 çay kaşığı kırmızı toz biber**
- **Yarım çay kaşığı toz tarçın**
- **2 yaprak taze rezene**
- **4-5 dal taze nane**
- **2 diş sarımsak**
- **2 limonun rendelenmiş kabuğu ve suyu**
- **1/2 su bardağı zeytinyağı**

BUĞDAY SUNDURMA İÇİN
- **2 su bardağı haşlanmış buğday**
- **2 haşlanmış pancar**
- **1 yemek kaşığı tereyağı**
- **1 çay bardağı krema**
- **1 yemek kaşığı labne peyniri**
- **1/2 paket dil peyniri**

1 Baharatlı marinasyon için kişniş, rezene ve kakule tohumlarını havanda ezip yapışmaz yüzeyli bir tavada hafif kavurun. Ocaktan alıp soğumaya bırakın. Ayrı bir kasede tuz, karabiber ve kalan baharatları harmanlayın. Ezdiğiniz sarımsak, limon suyu, rendelenmiş limon kabuğu, zeytinyağı ve soğuyan baharat tohumlarını ilave edip karıştırın.
2 Etinizi yayvan bir fırın kabına alın. Üzerine bıçakla kesikler atın ve hazırladığınız baharatlı karışımdan bir fırça yardımıyla etin her yerine sürün. Buzdolabında iki saat kadar dinlendirin. Üzerini yağlı kağıt ile sarıp önceden ısıtılmış 180 derece fırında et yumuşamaya başlayıncaya kadar yaklaşık 40-45 dakika pişirin. Yağlı kağıdı açıp üzeri kızarıncaya kadar 15-20 dakika daha pişirip fırından alın.
3 Haşlanmış buğdayı bir kaba alın. Haşlanmış pancarı minik küpler halinde doğrayın. Tereyağını geniş bir tavada eritip kremayı ekleyin. Haşlanmış buğday ve minik doğradığınız pancarları ilave edip karıştırın. Labne peyniri ve dil peynirini de karışıma ekleyip peynirler eriyinceye kadar karıştırın ve ocaktan alın. Fırında kızarmış olan kuzu kol eti ile birlikte sıcak servis yapın.

Pideli kuzu incik

2 KİŞİLİK

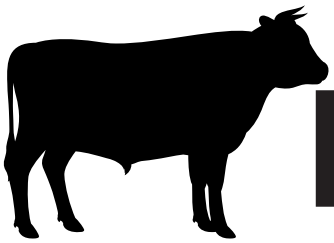
- **2 kuzu incik**
- **3 defne yaprağı**
- **3-4 dal taze kekik**
- **3-4 dal taze biberiye**
- **3 su bardağı su**
- **2 yemek kaşığı tereyağı**
- **1 tatlı kaşığı biber salçası**
- **Tuz**
- **Karabiber**

PİDE HAMURU İÇİN
- **300 g un**
- **1 tatlı kaşığı maya**
- **1 su bardağı süt**
- **Tuz**

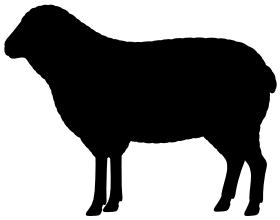
SOSU İÇİN
- **2 yemek kaşığı domates püresi**
- **1 yemek kaşığı zeytinyağı**
- **1 tatlı kaşığı kuru fesleğen**

ZEYTİNLİ BİBER SALATASI İÇİN
- **1 soğan**
- **2 diş sarımsak**
- **3 yemek kaşığı zeytinyağı**
- **1 dolmalık kırmızıbiber**
- **1 dolmalık sarı biber**
- **1 çay bardağı dilimlenmiş siyah zeytin**
- **Tuz**
- **Sumak**
- **Kırmızı pul biber**

1 Kuzu incikleri tencereye alın. Üzerine su, defne yaprağı ve taze otları ekleyip 1-1.5 saat haşlayın. Ardından suyunu ayırın ve etleri ayrı bir kapta kemiklerden ayırıp iri parçalar halinde bırakın.
2 Hamuru hazırlamak için tüm malzemeyi derin bir yoğurma kabına alın. Kulak memesi kıvamında bir hamur elde edecek şekilde yoğurun, üzerini nemli bir bezle örtüp 35-40 dakika dinlendirin.
3 Mayalanan hamuru bir merdane yardımıyla oval açın. Sosu için gerekli olan malzemeleri bir kasede karıştırıp hamurun üzerine sürün. Önceden ısıtılmış 175 derece fırında üzeri kızarıncaya kadar pişirin. Fırından çıkardığınız pidelerin üzerine kuzu incik etinizi yerleştirin.
4 Zeytinli biber salatası için, piyazlık doğradığınız soğan ve ezdiğiniz sarımsakları zeytinyağında pembeleşinceye kadar soteleyin. Jülyen doğradığınız biberleri ilave edip tuz ve baharatlarla tatlandırın. Zeytinleri ilave edip biberler yumuşayıncaya kadar pişirin. Kuzu incik etinizin yanında zeytinli biber salatası ile sıcak servis yapın.



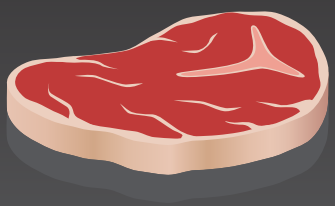
NE YAPALIM?



Müslümanların sabırsızlıkla beklediği bayram sonunda geldi. İyi niyetlerle ve dualarla yapılan ibadetin ardından iş, etleri en iyi şekilde kullanmaya geldi. Peki etleri en iyi nasıl saklamalı, artan kemiklerle neler yapmalı? İşte tüm sorularınızın cevapları...

Etleri ayırırken sınıflandırın

Hayvanın en hareketli kısımları olan butlar ile hiç hareket etmeyen sırt kısmı kolajen bakımından farklıdır. Kas ne kadar çok hareket ediyorsa o kadar sert olur. İşte bu nedenle but etleri uzun pişirme teknikleri olan güveç, haşlama, kavurma, tandır, konfit gibi yöntemlerle daha iyi pişer ve lezzetli olur. But etlerinde de ön kollar arka but etine göre daha liflidir.



Kemikleri değerlendirin

• Etlerden ayrılan kemiklerin genel olarak atıl olduğu düşünülür. Oysa kemiğin içinde bulunan ilik çok değerlidir. Bu yüzden kısık ateşte uzun süre kaynatılarak kemik suyu elde edilir. Kemik suyunu ılındıktan sonra süzerek porsiyonluk kaplara, kağıt bardaklara veya buz küpü şeklindeki poşetlere paylaştırarak dondurabilirsiniz. Daha sonra çorba, yemek ve pilavlarda kullanabilirsiniz.

• Kemiği kaynatırken, damak tadınıza göre çeşitli baharatlar, aromatik otlar ve sebzeler ekleyerek pişirebilirsiniz.

• Kemiği dilimlenmiş şekilde kestirerek fırında uzun süre pişirip, içindeki iliği sade olarak ekmeğe sürerek yiyebilirsiniz.

Kuru fasulye, nohut yemekleri, keşkek gibi bakliyat yemeklerinde yemeği lezzetlendirmek için de kullanabilirsiniz. Amasya, Tokat ve çevresinde yaprak sarmalarının en altına kemik dizilip pişirilir böylece hem yaprak sarmalarının dibinin tutup yanmasını engeller hem de kemiğinin lezzeti sarmalara geçer.

• Birçok yöresel yemekte kemik suyu kullanılır. Bunlardan bir tanesi Kastamonu'nun ünlü yemeği tiritdir. Tirit yemeğinde kemikler uzun süre kaynatıldıktan sonra Kastamonu'nun susamsız simidi dilimlenerek bu kemik suyuna batırılır ve sarımsaklı yoğurt ile ince kıyılmış et eşliğinde servis edilir.

• Hayvanın en değerli etleri sırtında bulunur. Bu etler hem yumuşak hem de yağlıdır. Hızlı pişirme yöntemlerine çok uygundur. Mangalda, döküm tavada, ızgarada pişirebilirsiniz.

• Kurbanın hiçbir yerini atmayın. Kurbanın her parçası doğru pişirildiğinde çok lezzetlidir. Örneğin; işkembe çorbası, kelle paça çorbası, bağırsaktan sucuk ve kokoreç yapabilirsiniz.

Bunları unutmayın!

• Kurban kesildikten sonra etleri buzdolabında 3 gün kadar dinlendirin. Kesinlikle hemen pişirmeyin ya da derin dondurucuya kaldırmayın. Etin dinlenmesi hücrelerin içerisinde bulunan enzimlerin serbest kalıp hücreleri parçalamasını sağlar. Bu ise etlerin içerisinde bulunan ve etin sert olmasını sağlayan kolajen liflerinin parçalanmasına neden olur. Böylece et daha yumuşak olur.

• Etlerinizi tek seferde kullanabileceğiniz porsiyonlara ayırırsanız hem kullanım kolaylığı hem de enerji tasarrufu sağlamış olursunuz. Etlerin saklanması için en uygun ortam derin dondurucular dır.

• Kırmızı etin donma noktası -1.5 / +1.7 derece arasıdır. Etler -18 derecede 8 aya kadar tazeliğini koruyarak saklanabilir. Sıcaklık daha da düşük olursa bu süre uzayabilir. Buzdolaplarının dondurucu/no-frost bölmeleri uzun süreli saklama için uygun değildir.

• Kurban Bayramı'nda eve giren sakatatların bozulma süreleri ete oranla daha hızlı olduğu için uzun süreli saklamaya uygun değildir ve en kısa sürede tüketilmesi gerekir.

Besinlerinizin ömrünü uzatın

Dört mevsim taze sebze, meyve yemeyi kim istemez ki? Günümüz şartlarında bu pek mümkün gibi görünmese de, derin dondurucu teknolojisinin sunduğu imkanlar ve kolaylıklarla gıdaları besin değerlerini kaybetmeden taze ve sağlıklı bir şekilde muhafaza etmek mümkün.

SEBZELER NASIL DOĞRU SAKLANIR?

• Sebzeler, derin dondurucuda en uzun süreli saklanabilen ürünlerin başında gelir. Bu süre mısır, havuç, kabak, domates, kereviz, bezelye ve patlıcan gibi ürünlerde 12 aya kadar çıkabilir. Derin dondurucuda uzun süreli tazeliğin altın kuralı, taze seçilmiş ürünlerdir.

• Tazelik kadar hijyen de dikkatlerden kaçmaması gereken bir ayrıntı. Satın aldığınız sebzeleri titizlikle sudan geçirmeli, iyi bir şekilde yıkamalısınız.

BESİNLER HANGİ YOLLARLA DONDURULUR?

Gıdalar, derin dondurucuda direkt, doğrudan pişirilerek, haşlanarak veya şoklanarak dondurulur. Derin dondurucuya girecek besinlerin kuralına uygun haşlanması önemlidir. Haşlama süresini ideal seviyede de tutarak ilk günkü tazeliğini ve lezzetini muhafaza edebilirsiniz. Bazı sebzeler ise renk, koku, tat ve vitaminlerinin korunması adına dondurulmadan önce şoklama yapılarak haşlanır.

ŞOK HAŞLAMA YAPMAK İÇİN

Büyük bir tencere içerisine su koyun ve kaynatın. Haşlamak istediğiniz sebzeleri temizlenmiş ve doğranmış olarak bir süzgeç içerisine alın ve kaynamakta olan suyun içine daldırıp üzerini kapatın. Sebzeleri suyun içinde 2-8 dakika aralığında bırakın. Bu işlem tamamlandığında sebzeleri doğrudan musluktan akan soğuk suya tutun ve süzülmeye bırakın. Yaptığınız bu işlemle ürünlerin hızlıca dirileştiğine, canlandığına tanık olacaksınız. Unutmayın, şoklanarak kaldırılan besinlerin vitamin değerleri çok daha kalıcı!

Bu bir ilandır.

UĞUR

UNUTMAYIN!

• Derin dondurucuda ambalaj malzemesi olarak buzdolabı poşetleri, plastik kaplar ve plastik torbalar tercih edilmelidir. Dondurucuya koyacağınız saklama kabı cam şişe olmamalıdır. Aksi halde donunca genleşen sıvılar, camın kırılmasına neden olur.

• Besinler dondurucuya tarih sırasına göre yerleştirilmeli, hatta bu sıralamaya göre de kullanılmalıdır.

• Unutmayın ki; donmuş ürünler, çözüldükten sonra tekrar dondurulmaz. Dipfrizden çıkardığınız besinleri kısa süre içinde tüketmelisiniz.

PRATİK BÖLME

Uğur UED 5218 DTK A++

Ürününün en üst bölümünde yer alan 11 cm yüksekliğindeki küçük bölme, derin dondurucunun içerisinde yer alan en yüksek sıcaklığa sahip bölüm. -12 derece sıcaklığa sahip ve pratik bölme olarak adlandırılan bu bölümde mutfağınızda sıkça kullandığınız gıdaları saklarken kapaksız yapısı sayesinde 5 çekmece sayısına ilave olarak kullanım kolaylığıyla büyük pratiklik sağlıyor. Böylece kısa süre içinde tüketeceğiniz gıdalarınızı -18 dereceye kadar dondurmaya gerek kalmadan, -12 derecelik pratik bölmede kolayca muhafaza edebilirsiniz.

SAKLAMA SÜRESİ 12 AY

MEYVELER

Meyveleri iyice yıkayıp, ayıklayıp bazılarının ise kabuklarını soyarak istediğiniz kadar birer porsiyon olarak poşetlere koyun. Poşetlerin içerisinde hava kalmayacak şekilde bir pipetle havasını alın, ağzını sıkıca ambalajlayarak derin dondurucuya kaldırın.

SAKLAMA SÜRESİ 6 AY

SEBZELER

Olgun domateslerin kabuklarını soyup mutfak robotundan geçirerek veya kuşbaşı doğrayarak, tek kullanımlık poşetler halinde dondurucuya kaldırabilirsiniz. Yemeklerde kullanmak için küp doğrayın ve 3 kepçe ölçüsünde poşetleyin.

SAKLAMA SÜRESİ 8 AY

ET ÜRÜNLERİ

Etin dondurulmadan önce kullanılacağı şekil veya yemek ne ise ona göre hazırlanarak hava geçirmeyen bir paketleyici ile sıkıca sarılıp içeride hava bırakılmadan hazırlanması, mümkünse vakumlanması gerekir.

SAKLAMA SÜRESİ 6 AY

SÜT ÜRÜNLERİ

Yoğurdu dondurarak ömrünü 4-6 ay uzatabilirsiniz. Derin dondurucuya koyarken torbanın ya da saklama kabının üzerinde bir etikete dondurduğunuz tarihi yazın. Böylece ne zamandır dondurucuda beklediğini anlayabilirsiniz.

SAKLAMA SÜRESİ 1 AY

HAMUR İŞLERİ

Ekmeğin taze kalması için derin dondurucuya atılması oldukça etkili bir çözümdür. İstediğiniz kadar poşetleyip derin dondurucuya atabilirsiniz. 3 aydan fazla derin dondurucuda bekletildiği zaman lezzet kaybına uğramaktadır.

*Not: Saklama süreleri gıdaların çeşidine ve yapısına göre farklılık gösterebilir.

Kabak ve patlıcan

Yazın en güzel sebzelerinden patlıcan ve kabak... Zeytinyağlı ya da etli tariflerimizle harika lezzetler yakalayabilirsiniz.

Kabak beğendili et sote
s. 42

Cacıklı patlıcanlı köfte
s. 46

Güveçte patatesli patlıcan sufle
s. 42

Pesto soslu fırında patlıcan kebap
s. 44

Nohutlu zeytinyağlı kabak
s. 44

Tarifler: İNCİ BAK
Yapım: HÜLYA ÇAKIR
Yapım asistanı: FEHİRE MISIRLI
Styling: BÜŞRA SARI TINAZTEPE
Fotoğraflar: ÖZGÜR BAKIR
Servis tabakları ve aksesuarlar: IKEA, PORLAND, ZEN CERAMICS

Tavuklu kabak salatası

4 KİŞİLİK

- **1 kg kabak**
- **1 adet orta boy kırmızı pancar**
- **1 parça tavuk göğüs eti**
- **2 adet karanfil**
- **2 yemek kaşığı süzme yoğurt**
- **2 yemek kaşığı mayonez**
- **1/2 demet dereotu**
- **1/2 demet nane**
- **1 çay bardağı ince bulgur**
- **5 adet küçük boy kornişon turşu**
- **1/2 çay bardağı zeytinyağı**
- **3 diş sarımsak**
- **1 su bardağı iri çekilmiş ceviz içi**
- **Tuz, karabiber**

1 Tavuk göğüs etini, dörde bölünmüş kırmızı pancarı, karanfil taneleri eklenmiş suda haşlayıp suyunu süzün. İnce ince didikleyin.
2 Kabakları rendeleyip fazla suyunu sıkarak bir kaba alın. Pancarı da rendeleyin. Zeytinyağının yarısı ile kabakları yumuşayana kadar sote edin. Tuz, karabiber ekleyip karıştırın.
3 İnce bulgurun üzerine ılık suyu gezdirerek dökün. Şişmesi için 15 dakika bekleyin.
4 Ayrı bir kasede yoğurdu, mayonezi, rendelenmiş pancarı ve havanda ezilmiş sarımsakları karıştırın.
5 Didiklediğiniz tavuk etlerini, ince kıyılmış kornişon turşuyu, sarımsaklı sosu, ince bulguru, iri çekilmiş ceviz içini, kıyılmış yeşillikleri ve kalan zeytinyağını iyice karıştırın.
6 Hazırladığınız salatayı şekilli bir kalıba veya kek kalıbına bastırarak yerleştirin. Daha sonra servis tabağına ters çevirerek servis yapın.

Güveçte patatesli patlıcan sufle

4 KİŞİLİK

- **3 adet patates**
- **Tuz, karabiber**
- **Bir tutam muskat**
- **1 yemek kaşığı tereyağı**
- **3 adet orta boy patlıcan**
- **4 yemek kaşığı süzme yoğurt**
- **2 yemek kaşığı tepeleme un**
- **2 adet yumurta**
- **1 su bardağı lor peyniri**
- **1/2 su bardağı rendelenmiş mozzarella peyniri**
- **1/2 çay bardağı sıvı yağ**

1 Patatesleri yıkadıktan sonra kabuğuyla birlikte suda haşlayın. Daha sonra kabuğunu soyup patates ezicisi ile püre haline getirin. Tuzunu, tereyağını, kimyonu ve muskatı ekleyerek biraz daha karıştırın.
2 Patlıcanları yıkayıp iyice kuruladıktan sonra birkaç yerinden kürdanla delin. Daha sonra ister fırının ızgara bölümünde ister ocakta közleyin.
3 Patlıcanları közledikten sonra kabuğunu soyun ve bekletmeden her tarafına tuz serpip kararmasını önleyin. 10 dakika beklettikten sonra çok ince kıyın.
4 Sosu için yoğurdu, unu, yumurtaları ve sıvı yağı homojen bir kıvam alana dek karıştırın.
5 Güveç kaplarına önce patates püresini yayın. Patlıcanı, sosu, peynirleri bir kapta karıştırdıktan sonra patates püresinin üzerine paylaştırın. Güveç kaplarını önceden ısıtılmış 200 derece fırında, ızgara telinin üzerine yerleştirin. 20 dakika bu şekilde pişirip, sıcak servis yapın.

Kabak beğendili et sote

2-4 KİŞİLİK

BEĞENDİ İÇİN
- **3-4 adet orta boy kabak (500-600 g kadar)**
- **1 yemek kaşığı sıvı yağ**
- **1 yemek kaşığı tereyağı**
- **1 su bardağı süt**
- **1 su bardağı rendelenmiş mozzarella peyniri**
- **2 yemek kaşığı un**
- **Tuz, karabiber**
- **1 çay kaşığı rendelenmiş muskat**

ET SOTE İÇİN
- **500 g kuşbaşı kuzu eti**
- **1 adet orta boy soğan**
- **1 diş sarımsak**
- **2 adet sivri biber**
- **1 adet kapya biber**
- **1 yemek kaşığı domates salçası**
- **1 su bardağı sıcak su**
- **Tuz, karabiber**
- **Yarım demet Frenk maydanozu (İnce doğranmış)**

1 Zeytinyağını çukur bir tavada ısıtın. Yemeklik doğradığınız soğan ile ince kıyılmış sarımsakları kavurun.
2 Küçük küçük doğranmış kuzu etlerini ekleyip birkaç dakika sote edin. İnce doğranmış biberleri ekleyin. Birkaç dakika daha sote ettikten sonra sulandırdığınız salçayı, tuzu ve karabiberi ilave edin. Yüksek ateşte 4-5 dakika kavurun.
3 Tavanın kapağını kapatın. Kısık ateşte, etleri 20 dakika pişirin. Etler pişince tavanın kapağını açın. Ateşi yükseltip suyunu çekene kadar pişirin. Ocaktan alın, maydanozu ilave edip karıştırın.
4 Beğendi için kabakları rendeleyip fazla suyunu sıkın. 1 yemek kaşığı sıvı yağı tencerede ısıtıp kabakları 4-5 dakika suyunu çekene dek pişirin. Ocaktan alıp bir kaseye aktarın.
5 Tereyağını derin bir tencerede eritip unu kavurun. Sıcak sütü azar azar ekleyerek koyu bir beşamel sos kıvamı alana dek pişirin. Önceden kavurduğunuz kabakları, tuzu ve karabiberi ilave edin. Birkaç dakika karıştırıp ocaktan alın. Beğendiyi servis tabaklarına paylaştırın. Üzerlerine et soteyi paylaştırıp hemen servis yapın.

LEZZET

HEPSİ DENENMİŞ
GARANTİLİ TARİFLER

12 sayı 120 TL yerine 100 TL

ADRESE TESLİM
ÜCRETSİZ KARGO
3 TAKSİT İMKANI*

Abone ol

(*) Taksit yapılan kredi kartları:
Bonus, Maximum, World, Axess

www.dbabone.com
0212 478 03 00

DB DOĞAN BURDA DERGİ

www.lezzet.com.tr

lezzetdergisi Lezzet_Dergisi lezzet_dergisi

Pesto soslu fırında patlıcan kebap

4-6 KİŞİLİK

- **1 kg patlıcan**
- **750 g köftelik orta yağlı kıyma**
- **5-6 adet kiraz domates**
- **5 adet yeşil biber**
- **10 adet arpacık soğan**
- **4 diş sarımsak**
- **Tuz, karabiber, kimyon, kırmızı toz biber**

SOSU İÇİN
- **1 yemek kaşığı domates salçası**
- **1 tatlı kaşığı biber salçası**
- **2 yemek kaşığı sıvı yağ**
- **1 yemek kaşığı hazır pesto sos**
- **Tuz, karabiber**
- **1 çay bardağı sıcak su**

1 Köfte için kıymayı derin bir kaba alın. İçine tuzu ve baharatını ekleyip iyice yoğurun. Üzerini kapatıp buzdolabında bekletin.
2 Patlıcanları yıkadıktan sonra iyice kurulayın 1.5-2 parmak kalınlığında halka şeklinde doğrayın. Patlıcanları tuzlu soğuk suda 30 dakika kadar bekletin. Daha sonra bol su ile yıkayın.
3 Köfte harcını buzdolabından çıkartın. Ceviz büyüklüğünde parçalar alarak avucunuzda yassılaştırın. Orta boy (Çapı 24 cm x 30 cm kadar) fırın tepsisine iki patlıcan dilimi arasına köfte yerleştirerek sıralayın. Yani bir dilim patlıcan, bir adet köfte olacak şekilde, iki sıra halinde dizin. Ortasında küçük bir tatlı tabağı kadar boşluk bırakın. Apacık soğanları, yeşil biberleri, sarımsakları ve kiraz domatesleri bu boşluğa yerleştirin.
4 Sosu için verilen tüm malzemeyi bir kapta karıştırın. Hazırladığınız sosu tepsideki malzemelerin üzerine dökün. Tepsinin üzerini kapakla veya yağlı kağıtla kapatın. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında, 30 dakika pişirin. Daha sonra üzerini açıp 10 dakika daha pişirip servis yapın.

Nohutlu zeytinyağlı kabak

4 KİŞİLİK

- **2 adet büyük boy soğan**
- **1 tatlı kaşığı tuz**
- **1 kg kabak**
- **3 diş sarımsak**
- **1 çay bardağı zeytinyağı**
- **1 su bardağı nohut**
- **1 tatlı kaşığı zerdeçal**
- **3-4 dal kıyılmış dereotu**

1 Bir gece öncesinden suda beklettiğiniz nohutları zerdeçallı bol suda haşlayın. Daha sonra süzün.
2 Kabakları yıkayın, kabuğunu kazımadan küp şeklinde doğrayın. Soğanları soyup aynı şekilde küp küp doğradıktan sonra 1 tatlı kaşığı tuzla avucunuzun içinde iyice ovun. Acı suyunun çıkması için fazla suyunu sıkın.
3 Soğanları ve kabakları tencereye aktarıp harmanlayın. Diş diş sarımsakları ve önceden haşladığınız nohutları serpin. En son zeytinyağını döküp tencerenin kapağını kapatın. Çok kısık ateşte 20 dakika pişirin. Ocaktan alın, kıyılmış dereotunu da üzerine serpin. Tencerenin kapağı kapalı olarak oda ısısında soğumaya bırakın.

Cacıklı patlıcanlı köfte

4 KİŞİLİK

- **250 g köftelik bulgur**
- **250 g kıyma**
- **2 yemek kaşığı un**
- **2 adet patlıcan (Közlenmiş ve ezilmiş)**
- **Tuz, karabiber, kimyon**

CACIK İÇİN
- **1 demet semizotu**
- **2 diş sarımsak**
- **2 su bardağı süzme yoğurt**
- **2 yemek kaşığı zeytinyağı**
- **1 çay kaşığı tuz**

SOSU İÇİN
- **1 yemek kaşığı tereyağı**
- **1 tatlı kaşığı isot biberi veya kırmızı pul biber**

1 Cacık için yıkanıp çiçek çiçek ayırdığınız semizotlarını zeytinyağında 4-5 dakika kavurun. Ocaktan alın.
2 Süzme yoğurdu, havanda ezilmiş sarımsakları, tuzu ve semizotunu iyice karıştırın. Yoğurtlu karışım ile semizotunu birleştirin. Daha sonra buzdolabına alın.
3 Köftelik bulgurun üzerine 1 su bardağı ılık su ekleyin. Bulgurlar şişene kadar bekleyin.
4 Derin bir kapta kıymayı, köftelik bulguru, patlıcan ezmesini, tuzu, karabiberi ve kimyonu ekleyip iyice yoğurun. Düz bir tabağın üzerine unu serpin. Köfte hamurundan ceviz büyüklüğünde toplar hazırlayın. Köfteleri una bulayın.
5 Derin bir tencerede 2 lt kadar suyu kaynatın. Köfte hamurlarını bu suyun içine atın. 10 dakika orta ateşte kaynatın. Delikli bir kevgir yardımı ile suyunu süzerek çıkartın. Ayrı bir servis tabağına semizotlu cacığı yayın. Üzerine köfteleri yerleştirin.
6 Tereyağını köpürterek eritin, isot biber veya pul biber ekleyip karıştırın. Dilerseniz tereyağlı biberi de cacığın üzerine dökün ve bekletmeden servis yapın.

KURBAN BAYRAMI'NDA BAĞIŞLARINIZI
TÜRK EĞİTİM VAKFI'NA YAPIN,

KAZANDIĞI ÜNİVERSİTEYİ KAYBETMESİN

#kazandığıüniversiteyikaybetmesin

Bağışlarınız için:

444 0 838

bagis.tev.org.tr

TEV = ✉ 6717**

Eğitim bağışı:
Üniversite bursu (aylık) 700 TL
Yurt bursu (aylık) 1.040 TL

*2019 MEB verilerine göre son beş yılda 1 milyon 115 bin genç üniversiteyi bırakmak zorunda kaldı.

**TEV yazıp 6717'ye kısa mesaj göndererek vakfımıza 10 TL bağışta bulunabilirsiniz.
Tüm GSM operatörlerinin faturalı hatlarında geçerlidir. Operatörler tarafından hizmet bedeli alınmamaktadır.
Kurban Bayramı bağışlarınızla öğrencilerimize eğitim bursu verilmektedir ve kurban kesimi yapılmamaktadır.

TEV
TÜRK EĞİTİM VAKFI
1967

FERAH BİR SOFRA İÇİN...

Yapım: ÇİĞDEM SEFEROĞLU
Fotağraflar: ÖZGÜR BAKIR
Styling: BÜŞRA SARI TINAZTEPE
Servis tabakları ve aksesuarlar: PORLAND, ZEN CERAMICS, LİNENS

Five Oclock Kitchen'ın mutfak şefi olarak mutfağını yöneten ve aynı zamanda televizyonda "Sofralarımız" adlı yemek programını sunan Şef Çiğdem Seferoğlu'ndan, tam da yaza yakışan zeytinyağlı ve salata tarifleri istedik. Seferoğlu kendi mutfağının harika lezzetlerini bizlerle paylaştı.

ÇİĞDEM SEFEROĞLU KİMDİR?

1981 yılında İstanbul'da doğdu. 2004 yılında İstanbul Bilgi Üniversitesi İşletme Fakültesi'nden mezun olduktan sonra uzun yıllar aile şirketinde işletmecilik yaptı ama yıllar sonra asıl hayalinin peşinden gitmeye karar verip İtalya ve Fransa'da mutfak üzerine araştırmalar yaptı ve 2014 yılında İstanbul Okan Üniversitesi Aşçılık bölümünden yüksek onur derecesi ile mezun oldu. Aşçılık kariyerine "Ev Yapımı Dondurmalar" kitabını kısa zamanda ekleyerek yemek yazarlığına da ilk adımını atmış oldu. Dört yıl boyunca THY yönetim kurulu başkanlığı makamının özel aşçılığını yaptı ve bu mutfağı yönetti.

Lor peynirli incirli tart

4-6 KİŞİLİK

- **500 g un**
- **250 g tereyağı (Küçük parçalar halinde doğranmış ve soğuk olmalı)**
- **2 yemek kaşığı pudra şekeri**
- **1 yumurta**
- **1 çay kaşığı tuz**

DOLGUSU İÇİN
- **250 g taze süt loru (Süzme lor peyniri)**
- **6 adet incir**

ÜZERİ İÇİN
- **2 yemek kaşığı bal**
- **1 yemek kaşığı dolusu file badem**

1 Unu, pudra şekerini ve tuzu bir kaba eleyin. Ardından küçük küpler halinde kesilmiş soğuk tereyağını ve yumurtayı ekleyin. Kum gibi bir hamur elde edene dek parmak uçlarıyla karıştırın (Hamuru, elinize alıp sıktığınızda birbirini tutmalıdır). Bu kıvamı soğuk suyla da ayarlayabilirsiniz.
2 Kum kıvamındaki hamuru mümkünse ellemeden, bir spatula yardımı ile tezgaha yaydığınız streç filmin üzerine alarak, streç film yardımıyla bastırıp yuvarlak hale getirin ve iyice sarın. Buzdolabında en az iki saat dinlendirin (Hamur sertleştiği zaman yağ parçalarını içinde tane tane görmelisiniz).
3 Tart hamurunuzu tart kalıbına yayıp kabarmaması için tabanını çatal yardımıyla delin. İçine yağlı kağıt serin ve kuru bakliyatları yerleştirin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 15 dakika pişirin, ardından kağıdı ve bakliyatları üzerinden alın ve 10 dakika daha pişirin. Fırından alın ve soğumaya bırakın.
4 Süzme lor peynirine limon kabuğu rendeleyip karıştırın. Tart tabanı soğuduktan sonra içini süzme lor peyniri ile doldurun. Üzerine dilimlenmiş incirleri dizin. File badem ve bal gezdirerek servis edin.

Izgara şeftalili bahçe salatası

4 KİŞİLİK

- **2 şeftali**
- **1 paket Akdeniz yeşilliği**
- **1 paket maskolin salata**
- **200 g taze börülce**
- **1/2 bağ semizotu**
- **2 yemek kaşığı kuru dut**
- **2 yemek kaşığı file badem**
- **1 yemek kaşığı haşhaş**
- **1 yemek kaşığı susam**
- **1 limon suyu**
- **Zeytinyağı**
- **Tuz**

SOSU İÇİN
- **1 limon suyu**
- **1 limonun rendelenmiş kabukları**
- **1/2 çay bardağı zeytinyağı**
- **Tuz**
- **Kavrulmuş sıcak susam**

1 Sosu için gerekli olan malzemeleri bir kapta iyice karıştırın.
2 Haşlanmış taze börülceleri ve taze bahçe yeşilliklerini derin bir kaseye alın. Üzerine hazırladığınız sosu gezdirip harmalayın. Kuru dut ve kavrulmuş file badem ekleyin. En son, döküm tavada şeftali dilimlerini ızgara yapın ve salatanın üzerine yerleştirip servis edin.

Salatalı baton peynir

4 KİŞİLİK

- **500 g süzme peynir**
- **1 Çanakkale domatesi**
- **1 sarı California biberi**
- **1 kırmızı kapya biber**
- **1 dal biberiye**
- **1 dal taze kekik**
- **1/2 demet frenk soğan**
- **Mikro filiz**
- **Zeytinyağı**

1 Süzme peyniri bir kaba alın ve çatalla iyice ezin. İnce kıyılmış biberiye ve taze kekiği ekleyip iyice karıştırın. Baton bir kek kalıbını streç film ile kaplayıp peynir karışımını içine aktarın. Üzerine bir kaşık ile bastırarak düzeltin. Bir süre buzdolabında bekletip soğutun.
2 Domates ve biberleri olabildiğince küçük küpler halinde doğrayıp bir kapta karıştırın. Frenk soğanını da ince doğrayın. Peyniri buzdolabından çıkarın ve bir servis tabağına ters çevirerek aktarın. Üzerine hazırladığınız kaşık salatayı dökün. Mikro filizleri serpiştirin ve zeytinyağını gezdirip servis yapın.

Nohutlu imam bayıldı

4 KİŞİLİK

- **1 adet bostan patlıcanı**
- **1 adet sarı kabak**
- **1 adet Girit kabağı**
- **2 soğan**
- **2 büyük Çanakkale domatesi**
- **1/2 bağ maydanoz**
- **2 diş sarımsak**
- **2 adet kesme şeker**
- **1 su bardağı haşlanmış nohut**
- **2 kırmızı kapya biber**

1 Bostan patlıcanlarını ve kabakları dilimledikten sonra yağlı kağıt serili fırın tepsisine dizin. Tuz ve zeytinyağı gezdirerek önceden ısıtılmış 200 derece fırında pişirin.
2 Ayrı bir tencerede soğanı bir miktar zeytinyağı ile kavurun. Üzerine küp doğradığınız domatesi ekleyerek pişirin ve ocaktan almadan önce haşlanmış nohudu ilave edin. Birkaç dakika pişirip ocaktan alın.
3 Fırında pişen sebzeleri sırasıyla bir servis tabağına dizin. Sebzeleri dizerken aralarına ve üzerine pişirdiğiniz domatesli sostan koyun. Ilık ya da soğuk servis yapın.

Kabak çiçeği dolması

4-6 KİŞİLİK

- **500 g kabak çiçeği**
- **1 su bardağı pirinç**
- **2 adet soğan**
- **2 yemek kaşığı dolmalık fıstık**
- **1 bağ dereotu**
- **1 bağ maydanoz**
- **2 limonun suyu**
- **Zeytinyağı**

1 Soğanı yemeklik doğrayın ve zeytinyağında sararana kadar kavurun. Dolmalık fıstığı ve pirinci ekleyip kavurmaya devam edin. Tuz ile tatlandırın ve yarım su bardağı su ilave edip pişmeye bırakın. Pirinçler suyunu çekince ince kıyılmış yeşillikleri ekleyin ve karıştırıp ocaktan alın. İç harcın ılınması için bir süre bekletin.
2 Kabak çiçeklerini doldurarak yaprakların uçlarını birbirinin üzerine kapatın. Yayvan bir tencereye dolmaları dizin ve üzerine 1 çay bardağı su ve biraz zeytinyağı gezdirip pişirin.
3 Bir kasede limon suyunu, bir tutam ince kıyılmış dereotu ve 3 kaşık zeytinyağı ile karıştırarak bir sos hazırlayın ve pişmiş dolmanın üzerine gezdirerek servis yapın.

Vişneli semizotu cacığı

2 KİŞİLİK

- **100 g vişne**
- **Bir tutam yabani semizotu**
- **1 salatalık (Rendelenmiş)**
- **1-2 dal taze nane (İnce kıyılmış)**
- **1 kase süzme yoğurt**
- **1 diş sarımsak (Ezilmiş)**
- **Tuz**
- **Zeytinyağı**
- **1 tatlı kaşığı chia tohumu**

Süzme yoğurdu bir kaseye alın, tuz ve sarımsakla çırpın. Üzerine çiçeklere ayrılmış semizotunu, salatalığı, nane ve vişneleri ekledikten sonra harmanlayın. Bir servis tabağına alıp üzerine zeytinyağı gezdirin ve chia tohumu serperek servis yapın.

Vişneli bamya

4-6 KİŞİLİK

- **1 kg taze bamya**
- **250 g çekirdeksiz vişne**
- **2 soğan**
- **100 ml zeytinyağı**
- **Tuz**
- **2 adet kesme şeker**

1 Bamyaları ayıklayıp limonlu suda bekletin.

2 Soğanları yemeklik doğrayın ve zeytinyağında sararana kadar kavurun. Suda bekleyen bamyaları ekleyin. Daha sonra çekirdekleri ayıklanmış vişneleri, tuzu ve kesme şekeri ilave ettikten sonra yarım çay bardağı su ile pişirin.

Serinleten tatlar

Dondurulmuş tatlılar sıcak havalarda içimizi ferahlatıyor. Hele de bu lezzetler işlenmiş şekerden uzak ve sağlıklılarsa, suçluluk hissetmeden haz almamız kolaylaşıyor. Bu nedenle ayın en güzel meyvelerinden soğuk tarifler hazırlamaya karar verdim.

Hikayesi olan tariflere bayılıyorum. Hazırladığım vanilyalı dondurma için peşmelbadan esinlendim. Tarifin yaratıcısı, modern Fransız mutfak akımının öncülerinden Auguste Escoffier (1846-1935), 1880'li yıllarda Londra Ritz Oteli'nin kurucusu César Ritz ile birlikte çalışmaya başladı. 1890'larda Londra'nın en saygı duyulan şeflerinden biri haline gelen Escoffier, aynı zamanda tam bir opera tutkunuydu. Savoy'daki konaklamaları süresinde, opera sanatçısı Dame Nellie Melba (1861-1931) ile arkadaş oldu. "Drama Queen" olarak ün salan Avustralyalı operacı, 1893 yılında bir akşam, Escoffier'ye dondurmayı çok sevdiğinden ama ses tellerinin zarar görmesinden korktuğundan dolayı yiyemediğinden bahsetti. Bu meydan okuma karşısında mutfağa koşan şef, çeşitli meyveler ve soslarla deneme yaparak dondurmanın soğukluğunu kıracak tarifler denedi. Sonunda favori kombinasyonunu seçti; şeftali, vanilyalı dondurma ve frambuaz sosu. Yoğun vanilyalı bir şerbetin içinde az süre pişirilen şeftalileri frambuaz sosuyla kapladıktan sonra, vanilyalı dondurmayla servis etti. Fransızca şeftali anlamına gelen "la pêche" ile sanatçının adının birleştirilmesiyle, tatlıya "pêche Melba" adını verdi.

Escoffier, besteci Richard Wagner'in, hikayesi Ortaçağ Almanya'sında mitik olan "kuğulu şövalye"ye dayanan "Lohengrin" adlı eserine atıfta bulunarak, tatlıyı buzdan bir kuğu heykelinde sundu. Melba bu tatlıyı o kadar çok sevdi ki, gittiği farklı ülkelerde, değişik otellerde daima istekleri arasında bulundu. Ben de bu muhteşem üçlüden sağlıklı bir tatlı yapmaya karar verdim ve İngiliz kreması bazlı vanilyalı dondurmayı işlenmiş şeker yerine antioksidan bakımından zengin, kalp dostu besinlerin başında gelen, C ve B vitamini, magnezyum, kalsiyum ve demir zengini hurma ile hazırladım. A, C vitamini ve potasyum deposu, bol lifli çiğ şeftali ve ılık frambuaz sos ile servis ettim.

VEGANLARI DA UNUTMADIM

C vitamininden zengin olduğu için demir emilimini de hızlandıran yiyeceklerden biri olan anjelik erik ile cilt ve göz sağlığına dost kayısılıyla yoğurt yemeyenlere bile yoğurdu sevdirecek iki tarif hazırladım. Veganları da unutmadım. C, E, K vitaminleri yanı sıra demir, bakır, fosfor ve kalsiyum bakımından zengin, enerji deposu kajunun kremamsı yapısıyla harika bir uyuma sahip vişne ve kakaoyu birleştirerek ağızda eriyen dondurulmuş bir pasta yaptım. Dondurulmuş muz ile dakikalar içinde hazırlanabilen sağlıklı dondurmayı da kavun ekleyerek hazırladım. Fesleğen ekleyerek muz ve kavunun çok şekerli tatlarına biraz ferahlık ekledim. Mevsimin en miniği üzümle ise çok pratik bir tarif hazırladım. Sadece dondurularak hazırlanan üzümleri daha önce denemediyseniz, kesinlikle bu tahmin edilemez pratik atıştırmalığa bir şans vermenizde fayda var.

Fotoğraflar: ZEYNEP AĞAOĞULLARI

Zeynep'in mutfağı

Zeynep Ağaoğulları
ŞEF, YEMEK STİLİSTİ
@zeynepagaogullari
zeynep@supernormalfood.com

Anjelik erikli dondurulmuş yoğurt

5 KİŞİLİK

- **6-7 adet anjelik erik**
- **2-3 yemek kaşığı su**
- **2 su bardağı sert süzme yoğurt**
- **1/2 su bardağı bal veya agave (Gerekirse ekstra bal)**

1 Erikleri küçük küçük kesin. Suyla birlikte, yumuşayıncaya dek orta ateşte pişirin. Yumuşayan erikleri blender'da püre haline getirin ve oda sıcaklığında soğumaya bırakın.
2 Servis ederken sos olarak kullanmak üzere erik püresinden 1 çay bardağı ayırın. Kalan erik püresine yoğurt ve balı ekleyip iyice karıştırın. Tadına bakıp balını ayarlayın. Yayvan bir kapta veya buz kalıplarında dondurun. Tamamıyla donunca buz küpü boyunda parçalar kesin ve arada sırada durdurup karıştırarak, koyu kremamsı bir kıvam alıncaya dek buz kırabilen bir mutfak robotundan geçirin.
3 Dilediğiniz kıvama göre servis etmeden önce 20-30 dakika buzlukta bekletebilirsiniz. Bu karışımı dilerseniz, buzdolabında soğuyunca dondurma makinesinden geçirerek ya da oda sıcaklığına gelince, çubuklu dondurma kalıplarında dondurarak da hazırlayabilirsiniz. Kenara ayırdığınız erik püresine, damak tadınıza göre bal ekleyip dondurmanın üzerinde servis edin.

Yazar

Vişneli kakaolu dondurulmuş pasta

9 KİŞİLİK

TABANI İÇİN
- **1 su bardağı fındık (Badem veya ceviz de olur)**
- **6 adet yumuşak Kudüs hurması**

ÇİĞ VEGAN KREMA İÇİN
- **2 su bardağı çiğ kaju fıstığı (5-6 saat suda bekletilmiş ve süzdürülmüş)**
- **(1-2 saat kaynar suda da bekletebilirsiniz)**
- **1/3 su bardağı Hindistan cevizi sütü**
- **1/3 su bardağı bal veya agave şurubu**
- **2 su bardağı vişne (Çekirdekleri çıkarılmış)**

SÜSLEMEK İÇİN
- **2-3 yemek kaşığı ham kakao parçacığı**

1 Donduktan sonra pastanın kalıptan kolay çıkması için kalıbın tabanını ve kenarlarını 1-2 cm geçecek şekilde yağlı kağıt ile kaplayın.
2 Tabanı için gerekli olan malzemeleri mutfak robotunda, hurmalar ezilip fındıklar hafif parçacıklı kalıncaya dek karıştırın. Parmaklarınızla bastırarak, kek kalıbına eşit şekilde yayın.
3 Krema malzemelerini pürüzsüz olana dek blender'dan geçirip tabanın üzerine dökün ve kakao parçacıkları serpiştirin. Bez serili tezgaha kalıbı hafifçe vurdurarak, üstünün düzleşmesini sağlayın. Üstünü kapayın ve tamamıyla dondurun. Servis etmeden 15-20 dakika önce kalıptan çıkarın. Dilimleyerek servis yapın.

Bu tarif için kare kek kalıbı veya fırın kabı (20 cm) kullandım.

Dondurma makineniz yoksa, oda sıcaklığında soğuyan dondurmayı yayvan bir kapta buzluğa koyun ve dilediğiniz kıvama gelene dek 10-15 dakikada bir buzluktan çıkarıp karıştırın.

Eğer buz kırma özelliğine sahip bir mutfak robotu veya blender'ınız varsa; dondurmayı yayvan silikon bir kapta (20 cm x 20 cm) dondurun. Tamamıyla donunca, buz küpü gibi küpler kesin ve mutfak robotuna veya blender'a atıp, arada sırada durdurup karıştırarak, koyu kremamsı bir kıvam alıncaya dek çekin. Mutfak robotunun gücüne göre, süre 1-4 dakika arasında değişebilir. Dondurma istediğinizden fazla erirse, dilediğiniz kıvama göre 20-30 dakika buzluğa kaldırabilirsiniz.

Hurmalı vanilyalı dondurma, ılık frambuaz sosu ve şeftali ile

5 KİŞİLİK

- **3 su bardağı süt (Tercihen tam yağlı)**
- **1 vanilya çubuğu**
- **8 adet yumuşak Kudüs hurması**
- **200 ml krema**
- **6 yumurta sarısı**

SOSU İÇİN
- **2 su bardağı taze veya çözdürülmüş frambuaz**
- **2-3 yemek kaşığı bal**
- **1-2 şeftali**

1 Süt ve hurmayı, hurma iyice ezilinceye dek blender'dan geçirin. Vanilya çubuklarını boydan ikiye kesip ortasındaki tanecikleri kazıyın. Hurmalı süt, krema, vanilya çubuğu ve taneciklerini bir taşım kaynatın. Vanilyanın aromasının iyice süte geçmesi için üstü kapalı şekilde 30-40 dakika dinlendirin.
2 Ayrı bir kapta yumurta sarılarını çırpın ve süt-krema karışımından 2 kepçe ekleyip karıştırın. Bu karışımı tenceredeki vanilyalı karışıma ekleyin. Sürekli karıştırarak kısık ateşte pişirin ama sakın kaynatmayın. Mutfak dereceniz varsa, karışım 82 dereceye gelene dek pişirin.
3 Hafif koyu bir sıvı kıvam alan karışımı hemen başka bir kaba dökün ki pişme işlemi dursun. Daha kolay soğuması için bu kabı buzlu su dolu başka bir kaba oturtabilirsiniz. Üstünde kaymak gibi bir tabaka oluşmasını engellemek için temas edecek şekilde streç film ile kapatın, bıçağın ucuyla 3-4 cm aralıklarla delikler delin ki buharlaşma sağlansın. Oda sıcaklığına gelen dondurmayı buzdolabına kaldırın ve tamamıyla soğuyunca dondurma makinesinden geçirin.
4 Frambuaz ve balı iyice ezilene dek blender'dan geçirin. Dondurmayı servis etmeden önce ılınması için ısıtın. Dondurmayı ılık sos ve şeftali parçaları ile servis edin.

Dereceniz yoksa, kıvamı test ederek yeterli derecede pişip pişmediğini anlayabilirsiniz. Bunun için karışıma bir kaşık daldırın, kaşığı yan çevirin ve iç kısmının ortasında bir çizgi oluşturacak şekilde parmağınızı geçirin. Eğer sıvı sabit kalıyorsa, damlamıyorsa, pişmiş demektir.

Dondurulmuş üzümler

2-4 KİŞİLİK

- **20-30 adet çekirdeksiz üzüm**
- **2-3 tepeleme yemek kaşığı süzme yoğurt**
- **1 yemek kaşığı chia tohumu**

Üzümleri tek tek kürdanlara takın. Daha sonra yoğurda bulayıp, üzerlerine chia tohumu serpin ve yağlı kağıt serili bir tepsiye dizin. Buzluğa kaldırıp en az 4-5 saat dondurun.

Kavunlu muzlu dondurma

5 KİŞİLİK

- **4 muz**
- **3 su bardağı kavun**
- **3-4 yemek kaşığı bal veya agave (Damak tadına göre)**
- **1 tatlı kaşığı limon veya misket limonu suyu**
- **8-10 adet fesleğen yaprağı (İsteğe bağlı)**

1 Muzları ince ince dilimleyin. Kavunları küçük küpler halinde kesin. Meyvelerin hepsini, tek bir katman halinde buzdolabı poşeti veya üstü kapalı şekilde bir kaba yayarak dondurun.
2 İyice donan meyvelere bal, limon suyu ve fesleğen yapraklarını ekleyin. Arada sırada karıştırarak, mutfak robotu veya blender'dan geçirin. Dilediğiniz sertliğe göre hemen ya da 20-30 dakika buzlukta beklettikten sonra servis edin.

Kayısılı Hindistan cevizli dondurulmuş yoğurt

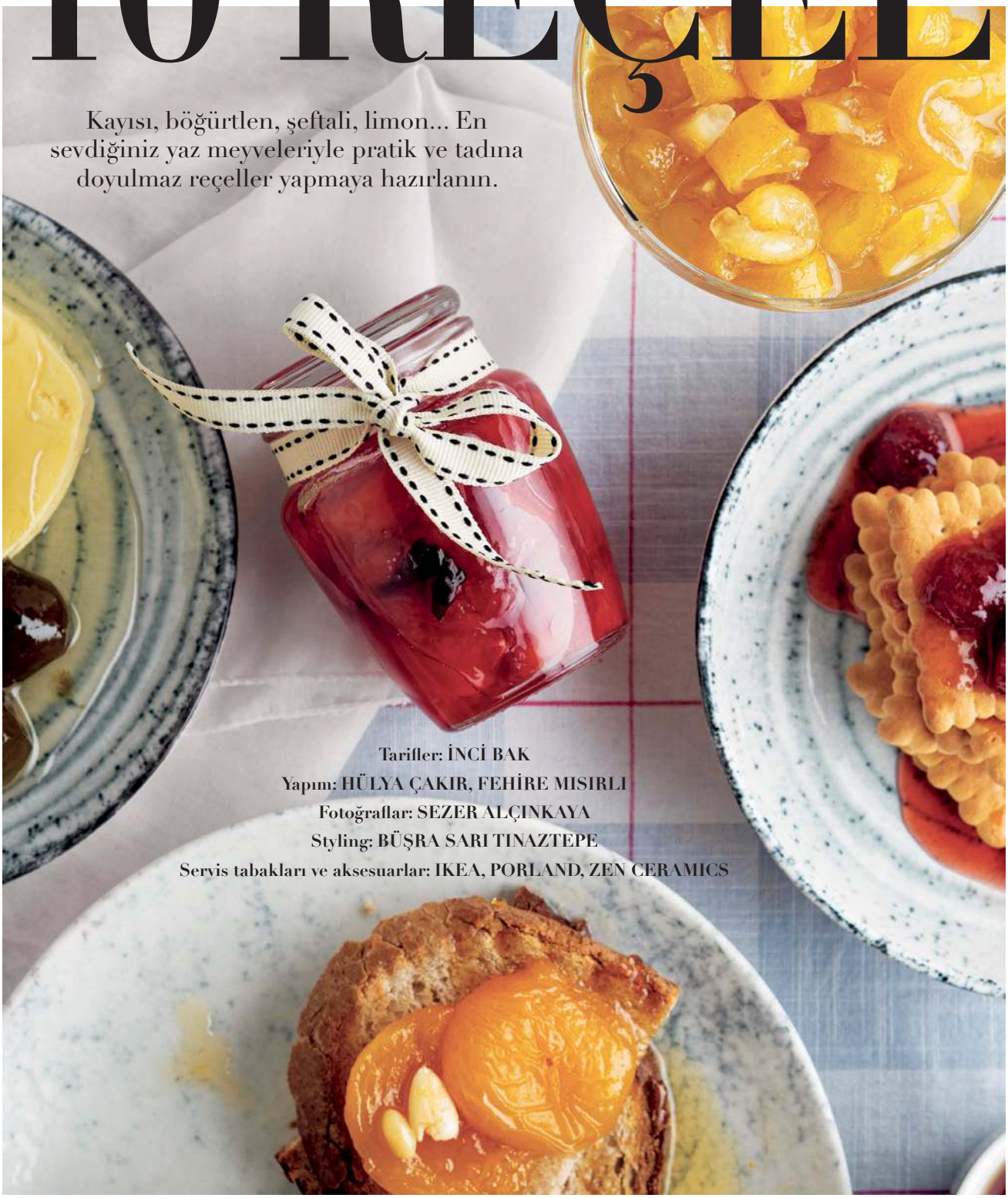
6-8 KİŞİLİK

- **1 su bardağı sert süzme yoğurt**
- **1 su bardağı konserve Hindistan cevizi sütü**
- **4-5 yemek kaşığı bal veya agave şurubu**
- **3 adet kayısı**

1 Yoğurt, süt ve balı blender'dan geçirin. Karışımın yarısını dondurma kalıplarına dökün. Kalan karışıma kayısıları ekleyip yine blender'dan geçirin. Dondurma kalıplarına ekleyin. Çatal veya kürdanla hafifçe karıştırarak iki rengin birbirine geçmesini sağlayın. Tamamıyla dondurun.
2 Servis etmeden önce çikolata ve tahini benmari usulü eritin. Çikolata karışımı ılınınca, kalıptan çıkardığınız dondurmaların üzerine kaşık yardımıyla dökün (Karışım hemen donacaktır). Bekletmeden servis yapın.

Bir çırpıda pişen 10 REÇEL

Kayısı, böğürtlen, şeftali, limon... En sevdiğiniz yaz meyveleriyle pratik ve tadına doyulmaz reçeller yapmaya hazırlanın.



Tarifler: İNCİ BAK
Yapım: HÜLYA ÇAKIR, FEHİRE MISIRLI
Fotoğraflar: SEZER ALÇINKAYA
Styling: BÜŞRA SARI TINAZTEPE
Servis tabakları ve aksesuarlar: IKEA, PORLAND, ZEN CERAMICS

Yabani incir reçeli

- **40 adet yeşil incir**
- **2.5 su bardağı toz şeker**
- **2 su bardağı su**
- **1 çay kaşığı toz limon tuzu**

1 Eldiven kullanarak incirlerin saplarını kesip, kabuklarını bıçakla zar gibi incecik soyun. İncirlerin şerbeti içine çekmesi için alt kısımlarını delin. Kaynamakta olan suyun içine atın ve 15 dakika haşlayın, incirler su çekip batmaya başlayınca kevgir yardımıyla, içi bol buzlu su olan başka bir kaba alıp şoklayın (Bu işlem incirlerin dirileşmesini sağlar).
2 İncirleri buzlu suda 1-2 saat beklettikten sonra suyunu ve acılığını atması için elle sıkarak bir kaba alın.
3 Tencereye toz şekeri ve suyu koyup reçellik şurup kıvamına gelene kadar kaynatın. İncirleri kıvam alan şurubun içine atın ve yaklaşık 25 dakika kaynatın. 1 tatlı kaşığı limon tuzu atın ve bir taşım daha kaynatıp ocaktan alın. Kavanoza koyup sıcakken kapağını kapatın ve ters çevirerek 1 gün bekletin.

21 dakikada böğürtlen reçeli

- **500 g böğürtlen**
- **1 çay kaşığı tereyağı**
- **350 g toz şeker**
- **1 tatlı kaşığı limon suyu**
- **2-3 yemek kaşığı su**

Böğürtlenleri yıkayıp iyice süzülmesini sağlayın. Derin bir tencereye aktarın, tereyağını ve suyunu ekleyin. Yüksek ateşte 7 dakika pişirin. 7. dakikanın sonunda şekerini ekleyip 14 dakika daha pişirin. Son 1 dakika kala limon suyunu ilave edin. 1 dakika daha kaynatıp ocaktan alın.

Kayısı reçeli

- **2 kg kayısı**
- **1.5 kg toz şeker**
- **1.5 su bardağı su**
- **1 tatlı kaşığı limon suyu**
- **1 çay bardağı kayısı çekirdeği içi**

1 Kayısıları ortadan ikiye tamamen kopmayacak şekilde açın, çekirdeklerini çıkartın.

2 Tencerede şeker ile suyu şerbet kıvamına gelene dek kaynatın. Kaynayan şerbete kayısıları ve çekirdeklerinin içini ekleyin. Yoğun bir kıvam alana dek kaynatmaya devam edin. Daha sonra sterilize edilmiş kavanozlara aktarın.

3

Yaban mersini reçeli

- **400-500 g taze yaban mersini**
- **1/2 çay bardağı su**
- **1 yemek kaşığı limon suyu**
- **1 yemek kaşığı mısır nişastası**
- **1 yemek kaşığı soğuk su**

1 Reçel tenceresine yaban mersinini ve yarım çay bardağı limon suyunu aktarın. Orta ateşte 10 dakika pişirin.

2 Bu arada mısır nişastası ile soğuk suyu küçük bir kasenin içinde karıştırarak nişastanın incelmesini sağlayın. Nişastalı suyu, reçeli ocaktan almaya 3-4 dakika kala ilave edin. Karıştırıp biraz daha kaynattıktan sonra ocaktan alın ve hafif ılındıktan sonra kavanoza aktarın.

21 dakikada ahududu reçeli

- **500 g ahududu**
- **1 çay kaşığı tereyağı**
- **2-3 yemek kaşığı su**
- **350 g toz şeker**
- **1 tatlı kaşığı limon suyu**

Ahududuları yıkayıp iyice süzülmesini sağlayın. Derin bir tencereye aktarın, tereyağını ve suyunu ekleyin. Yüksek ateşte 7 dakika pişirin. 7. dakikanın sonunda şekerini ekleyip 14 dakika daha pişirin. Son 1 dakika kala limon suyunu ilave edin. 1 dakika daha kaynatıp ocaktan alın.

4

5

Limon kabuğu reçeli

- **10 adet limon kabuğu**
- **1 lt limon ve portakal suyu (Taze sıkılmış olmalı)**
- **1.5 kg toz şeker**
- **1 çay kaşığı tereyağı**
- **1 çay kaşığı limon suyu**

1 Limonların kabuğunu çok hafif rendeleyerek kabukları soyun ve bir parmak genişliğinde dilimlere ayırın. Dilimlere ayırdığınız limon kabuklarını tek tek rulo yapın ve temiz bir ipe iğne ile dizin. İplerin her iki tarafına düğümler atarak dilimlerin kaynarken sudan çıkmasını önleyin.
2 İpe geçirdiğiniz limon kabuklarını bol suda 15 dakika haşlayın. Suyunu süzün ve tekrar üzerine soğuk su ekleyip ocağa alın ve acı suyu çıkana kadar kaynatın. Suyunu birkaç kez değiştirerek aynı işlemi tekrarlayın ve yumuşayana kadar haşlayın.
3 Haşlama işlemi bittikten sonra içi buzla dolu olan soğuk sulu kabın içine aktarın. Yarım saat sonra iyice süzdürüp kağıt havlu üzerinde suyunu çektirin.
4 Limon suyu ile şekeri reçel tenceresine alıp karıştırın. Kaynamaya başladıktan 10 dakika sonra haşlanmış limon kabuklarını atın. Arada bir karıştırarak yarım saat kaynatın. Son birkaç dakika kala tereyağını ekleyin. Hafifçe karıştırdıktan sonra ocaktan alın. Soğuyunca ipinden çıkartıp sterilize edilmiş kavanozlara aktarın ve kapağını sıkıca kapatın.

Kiraz reçeli

- **500 g sarı kiraz**
- **500 g kırmızı kiraz**
- **1 kg toz şeker**
- **3 su bardağı su**
- **1 tatlı kaşığı limon suyu**

1 Kirazları yıkayıp süzün. Çekirdeklerini çıkartın. Suyu ve şekeri tencereye aktarın. Toz şeker iyice eridikten sonra 10 dakika kaynatın.
2 Kirazları suyuyla birlikte (Çekirdeklerini çıkartırken suyu akacaktır, bu suyu atmayın) ilave edin. Önce yüksek ateşte 3 dakika kaynatın, daha sonra ateşi kısın. 20 dakika bu şekilde kaynatmaya devam edin.
3 Ocaktan almadan önce limon suyunu sıkın ve hızlıca karıştırıp hemen ocaktan alın. Tencerenin kapağı açık olacak şekilde, üzerine ince bir tülbentle örtüp oda ısısında 4-5 saat dinlendirin. Daha sonra temiz büyük bir kavanoza veya küçük kavanozlara aktarın. Kapağını kapatıp buzdolabında muhafaza edin.

8

21 dakikada çilek reçeli

- **1 kg çilek**
- **900 g toz şeker**
- **1 yemek kaşığı limon suyu**
- **2 çay kaşığı tereyağı**

Çilekleri temizledikten sonra yıkayıp iyice süzülmesini sağlayın. Derin bir tencereye çilekleri aktarıp, tereyağını ekleyin. Yüksek ateşte 7 dakika pişirin. 7. dakikanın sonunda şekerini ekleyip 14 dakika daha pişirin. Son 1 dakika kala limon suyunu ilave edin ve 1 dakika daha kaynatıp ocaktan alın.

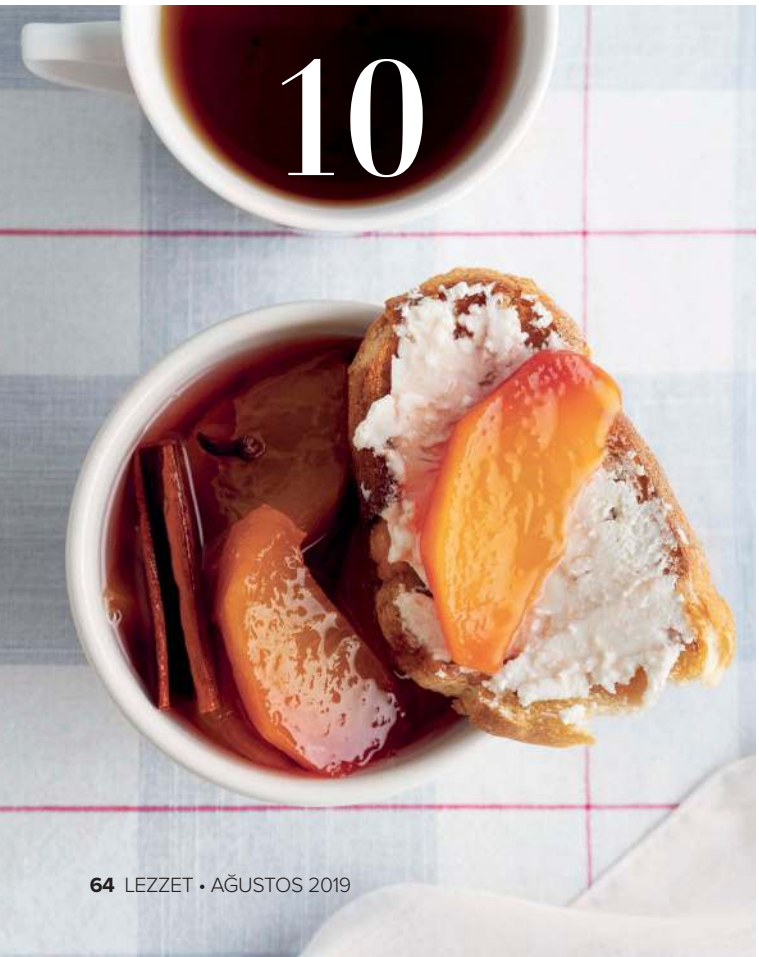
Erik reçeli

- **2 kg kırmızı erik (Sert olmalı)**
- **1 kg toz şeker**
- **10 yaprak taze reyhan**

1 Eriklerin çekirdeklerini çıkartıp dilimleyin.
2 Tencerede şeker ile suyu şerbet kıvamına gelene dek kaynatın. Kaynayan şerbete reyhan yapraklarını ilave edin. 5 dakika daha kaynattıktan sonra reyhan yapraklarını içinden alarak atın.
3 Erikleri kaynayan şerbetin içine ekleyin. Yoğun bir kıvam alana dek kaynatmaya devam edin. Ocaktan alıp sterilize edilmiş kavanozlara aktarın.

9

10



Şeftali reçeli

- **3 kg şeftali (Tercihen sert olmalı)**
- **2 kg toz şeker**
- **10 adet kayısı çekirdeği içi**
- **1 çay kaşığı limon suyu**
- **3 adet yıldız anason**
- **Çubuk tarçın (İsteğe göre)**

1 Şeftalilerin kabuğunu soyun. İri dilimler halinde doğrayıp bir kaba alın. Üzerine şekeri serpin ve 3 saat kadar bu şekilde bekletin.
2 Şekerle birlikte şeftalileri tencereye alın. Yıldız anasonları, çubuk tarçını ve kayısı çekirdeği içlerini ekleyin. Orta ateşte, köpürünceye kadar kaynatın. Kaynamaya başladıktan 5 dakika sonra limon suyunu ekleyin. Reçel kıvamına gelip koyulaşana kadar kaynatmaya devam edin.
3 Reçeli ocaktan alın, soğuyunca sterilize edilmiş kavanozlara aktarın. Kapağını sıkıca kapatıp bir gün boyunca kavanozu ters çevirin ki kavanozdan reçelin sızıp sızmadığını kontrol edin. Reçel sızmıyorsa kavanozu kapatma işlemini başarı ile gerçekleştirdiniz demektir.

Sezar salata

Lezzetine doyamayacağınız içerisinde protein olan Sezar salata tarifi, hem sağlığınızın hem de öğününüzün vazgeçilmezi olacak.

KRUTON
İstediğiniz baharatlarla lezzetlendirdiğiniz kıtır kıtır ekmekler salatanıza ekstra bir tazelik ve çıtırlık katar. Ayrıca tek, bir öğün olarak salatayı tercih ettiğiniz zamanlarda doyuruculuğu da artırır.

MARUL
En lezzetli sezar salata için marullarınız taze, çıtır çıtır ve soğuk olmalıdır. Daha çıtır, taze lezzet için bebek marulları tercih edebilirsiniz. Marulları kesmek yerine parmaklarınızla, yiyebileceğiniz büyüklükte koparak salatanızı hazırlayın.

ÜZERİNDE
Orijinal Sezar salatada ançüez bulunmaz. Fakat biz ançüezle denedik nefis oldu. Hem salata üzerindeki duruşu hem de lezzetiyle ançüez Sezar salataya çok yakıştı. Limon suyu, sirke, zeytinyağı, tuz ve karabiberle bir sos hazırlayın. Dilerseniz hardal ve parmesan rendesiyle lezzeti artırın.

Sezar salata

2 KİŞİLİK

- **200 g ançüez (Konserve hamsi tuzlaması)**
- **2 yemek kaşığı zeytinyağı**
- **Karabiber**
- **Tuz**
- **1 adet atom salata (Veya yağlı marul)**
- **1 yemek kaşığı mayonez**
- **2 diş sarımsak**
- **1/2 su bardağı zeytinyağı**
- **1 tatlı kaşığı hardal**
- **1/2 limon suyu**
- **Parmesan peyniri ya da eski kaşar**
- **Karabiber**
- **Tuz**

SERVİS İÇİN
- **2 dilim ekmek**
- **Rende parmesan peyniri**

1 Bir tavada küp kestiğiniz ekmeklerin üzerine 2 yemek kaşığı zeytinyağı ve kekik ilave ederek ekmekler kıtır olana kadar 10 dakika kadar kızartın.
2 Marulu yıkayıp, kurutun ve irice doğrayın.
3 Salata sosu için mayonez, sarımsak, hardal, karabiber, tuz, zeytinyağı ve parmesan peynirini küçük bir kavanoza alıp kapağını kapatın ve çalkalayarak homojen kıvama gelmesini sağlayın. Daha sonra doğranmış marul ile karıştırın (Sosun lezzetli olması için marulun iyice bulandığına emin olun).
4 Üzerine hamsileri ve kızarttığınız ekmekleri ekleyin. En son üzerine rendelenmiş parmesan peyniri serperek servis yapın.

Ekstra

Tüm malzemeler, soslar ve krutonun yanı sıra salatanızı doyumluk hale getirmek isterseniz, haşlanmış yumurta ile salam da ekleyebilirsiniz.

Ferahlatan çorbalar

Yaz-kış çorbadan vazgeçemiyorsanız üzülmeyin. Yaz aylarında günün her saati yiyebileceğiniz, içimizi serinletecek doyurucu ve besleyici birbirinden lezzetli tariflerimiz var.

Soğuk patates çorbası
s. 67

Acı biberli ayran çorbası
s. 67

Tarifler: İNCİ BAK
Yapım: HÜLYA ÇAKIR
Yapım asistanı: FEHİRE MISIRLI
Fotoğraflar: SEZER ALÇINKAYA
Styling: BÜŞRA SARITINAZTEPE
Servis tabakları ve aksesuarlar: IKEA, PORLAND, SHUEV

Kabaklı ve yarma mısırlı ayran çorbası
s. 69

Soğuk patlıcan çorbası
s. 68

Soğuk avokado çorbası
s. 69

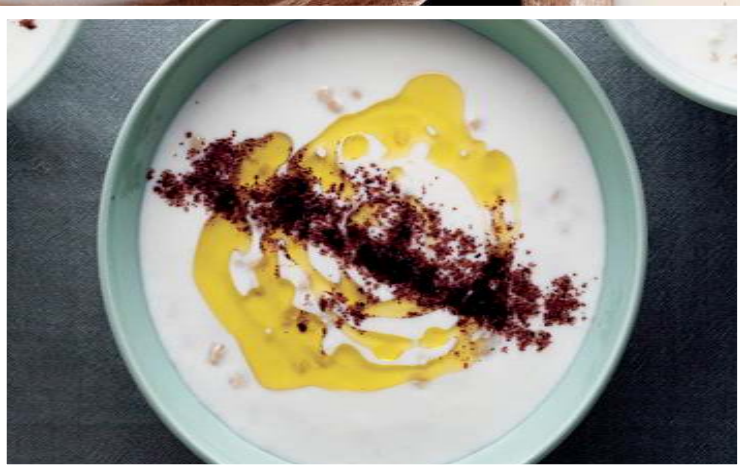
Soğuk patates çorbası

4 KİŞİLİK

- **500 g patates**
- **1 adet enginar (Temizlenmiş)**
- **1 adet büyük boy beyaz soğan**
- **3 yemek kaşığı zeytinyağı**
- **200 ml krema**
- **200 ml süt**
- **Tuz, karabiber**

ÜZERİ İÇİN
- **3-4 dal frenk soğanı (Veya taze soğan)**

1 Soğanı yemeklik doğrayıp zeytinyağında yumuşayana kadar kavurun. Kabuğunu soyup küp doğradığınız patatesi ve enginarı ilave edin. Biraz daha kavurduktan sonra sıcak suyu ekleyin. Orta ateşte iyice yumuşayana kadar pişirin. Sebzeler iyice pişince blender yardımı ile tencerenin içindekileri püre haline getirin.
2 Tekrar ocağın üzerine alıp sıcak sütü, kremayı, tuzu ve karabiberi ilave ederek karışımı yoğunlaştırın. Soğuyunca üzerine ince doğradığınız frenk soğanını serperek servis yapın.



Acı biberli ayran çorbası

4 KİŞİLİK

- **1 su bardağı yarma buğday**
- **2 adet acı biber**
- **1 lt ayran**
- **2 su bardağı süzme yoğurt**
- **Tuz**

ÜZERİ İÇİN
- **Sızma zeytinyağı**
- **1-2 çay kaşığı sumak**

1 Süzme yoğurdu ve ayranı bir kasede karıştırın. Acı biberleri boyuna ikiye kesin ve bu karışımın içine atın. Buzdolabında bir gün boyunca bekletin.
2 Ertesi gün yarma buğdayları tencereye aktarın. Üzerini geçecek kadar su ilave edin ve buğdaylar yumuşayana kadar haşlayın. Daha sonra suyunu süzün. Buğdayları buzdolabında beklettiğiniz acılı ayranla birleştirin. Üzerine zeytinyağı gezdirip sumak serperek servis yapın.

Soğuk patlıcan çorbası

4 KİŞİLİK

- **3 adet orta boy patlıcan (Közlenmiş)**
- **1 adet beyaz soğan**
- **3 yemek kaşığı zeytinyağı**
- **200 g süzme yoğurt**
- **1 su bardağı soğuk su**
- **Tuz**
- **Karabiber**
- **3 dal taze nane**

1 Zeytinyağını tencerede ısıtıp yemeklik doğranmış soğanı yumuşayana kadar kavurun. Közlenip kabuğunu soyduktan sonra ince ince kıydığınız patlıcanı ekleyin. 5 dakika kadar kavurun. Tuzu, karabiberi ilave edip biraz daha kavurduktan sonra ocaktan alın, soğumaya bırakın.
2 Ayrı bir kasede süzme yoğurdu, kıyılmış naneyi ve suyu iyice karıştırın. Yoğurtlu karışımı patlıcana ekleyip birleştirin. soğuduktan sonra servis yapın.

Yaz meyveleri çorbası

4 KİŞİLİK

- **2 adet büyük boy olgun domates**
- **2 adet büyük boy olgun şeftali**
- **20 adet çilek**
- **1 diş sarımsak**
- **1 çay kaşığı rendelenmiş zencefil**
- **1 adet közlenmiş kapya biber**
- **2 dal taze nane**
- **Soğuk su**

1 Domateslerin kabuğunu soyun, çekirdeklerini de temizleyin. Şeftalilerin de kabuğunu soyup çekirdeklerini çıkartın. Çilekleri yıkayıp süzün.
2 Domatesi ve meyveleri mutfak robotuna aktarın. Sarımsağı, zencefili ve iri parçalar halinde doğradığınız kapya biberi ekleyin. Püre haline getirin. Azar azar kontrollü bir şekilde soğuk su ekleyerek kıvamını ayarlayın. En son tuzu ve karabiberini ekleyip tatlandırın. Taze nane yaprakları ile süsleyip servis yapın.

Kabaklı ve yarma mısırlı ayran çorbası

4 KİŞİLİK

- **1 çay bardağı yarma mısır**
- **2 yemek kaşığı zeytinyağı**
- **1 adet kabak**
- **2 diş sarımsak**
- **1 lt ayran**
- **4 yemek kaşığı süzme yoğurt**
- **1 çay kaşığı tuz**
- **Yarım demet kıyılmış nane**
- **4-5 dal kıyılmış dereotu**
- **1 çay kaşığı kırmızı pul biber**

1 Yarma mısırları birkaç kez akan suyun altında yıkadıktan sonra süzün. Geniş bir tencereye alıp üzerini 3-4 parmak geçecek kadar su ilave edin. Kaynamaya bırakın ve yarma mısırlar yumuşayana kadar haşlayın. Daha sonra süzüp bir kenarda bekletin.
2 Bu arada zeytinyağını tavada ısıtıp zar şeklinde doğradığınız kabakları ve ince kıyılmış sarımsakları çok fazla zedelemeden kavurup ocaktan alın.
3 Yoğurdu iyice çırpıp ayranı ekleyin. Yarma mısır ve kabak dışındaki tüm malzemeyi ilave edip çırpın. Karışım yoğun bir kıvamdaysa kontrollü bir şekilde biraz su ekleyebilirsiniz. En son yarma mısırları ve kabakları ilave edin. Tekrar karıştırın. Buzdolabında soğuttuktan sonra servis yapın.

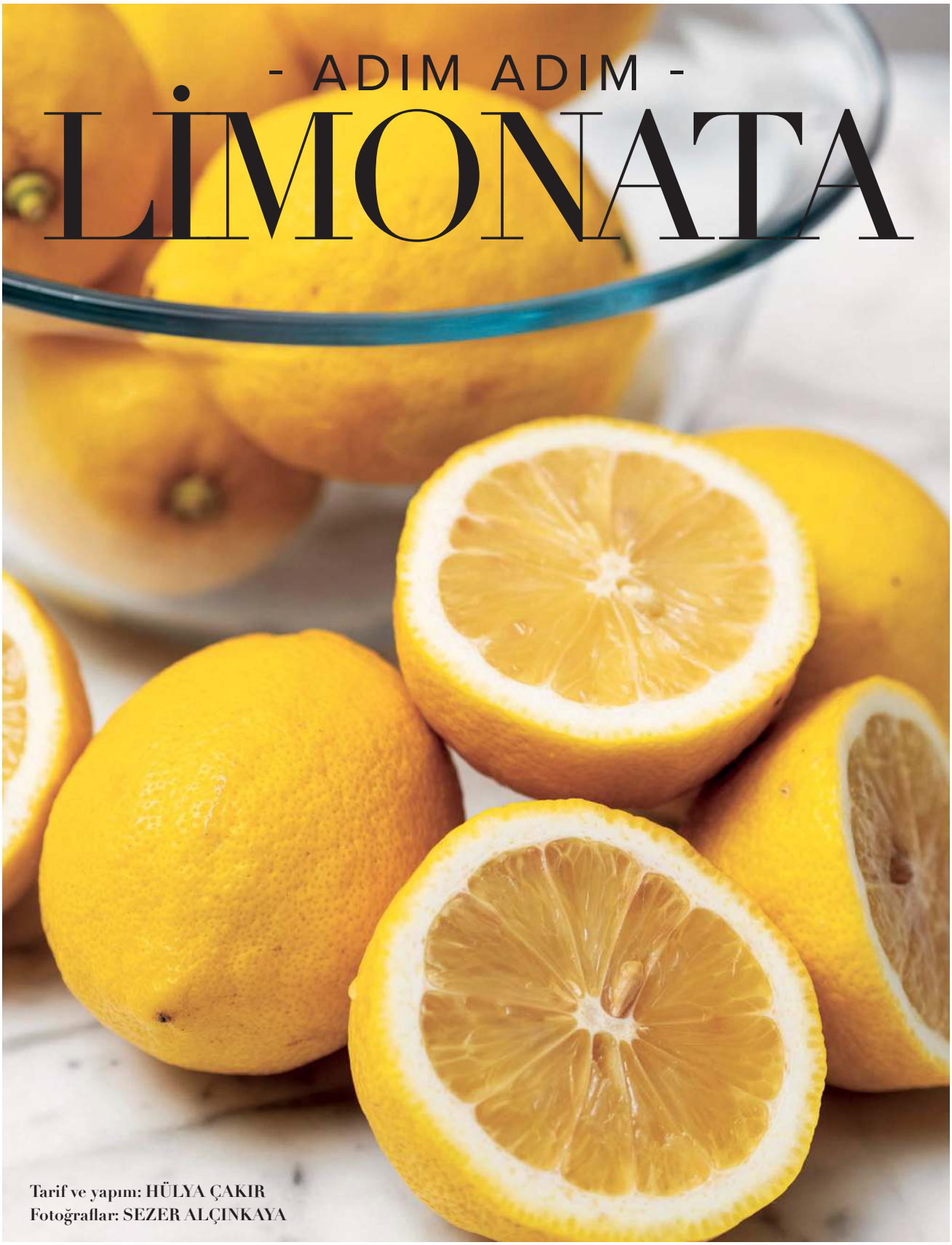
Soğuk avokado çorbası

4 KİŞİLİK

- **1 su bardağı Hindistan cevizi sütü**
- **2 su bardağı içme suyu**
- **2 adet avokado (Olgun ve yumuşak olmalı)**
- **10 yaprak ıspanak**
- **1 adet orta boy salatalık**
- **1 limonun suyu**
- **2 dal taze nane**
- **Tuz**
- **Taze çekilmiş karabiber**

ÜZERİ İÇİN
- **Dilimlenmiş avokado**
- **Çörek otu**
- **Haşlanmış kinoa**

1 Kabuğunu soyup çekirdeğini çıkardığınız avokadoları mutfak robotuna alın. Yıkayıp süzdüğünüz ıspanak yapraklarını, taze nane yapraklarını, dilimler halinde doğradığınız salatalığı ve limon suyunu ekleyin.
2 Ayrı bir kapta Hindistan cevizi sütü ve içme suyunu bir kapta karıştırın. Sulu karışımı mutfak robotunun içindeki karışıma azar azar ekleyerek kıvamını ayarlayın. En son tuzunu ve karabiberini ekleyip tatlandırın.
3 Dilerseniz çok ince dilimlenmiş avokado, çörek otu ve haşlanmış kinoa ile süsleyip servis yapın.



- ADIM ADIM -

LİMONATA

Tarif ve yapım: HÜLYA ÇAKIR
Fotoğraflar: SEZER ALÇINKAYA

Yaz aylarının en sevilen ve en serinletici içeceği şüphesiz limonatadır diye düşünerek, bu ay sizler için atölyemizde ev yapımı konsantre limonata hazırladık. Temel yapımını verdiğimiz limonataya taze sıkılmış vişne suyu, karpuz ve çilek gibi meyveler ekleyerek farklı lezzette aromalar yakalayabilirsiniz.

DİP NOT

Hazırladığınız limonata konsantresi ile sevdiklerinize zencefilli gazoz yaparak onları şaşırtabilirsiniz. Bunun için; 1 tatlı kaşığı taze zencefil rendesi ve 1 limonun ince rendelenmiş kabuğunu ekleyin ve ezerek karıştırın. Üzerine 2 su bardağı limonata ekleyip, yaklaşık 30 dakika bekletin. Daha sonra tülbentle süzün ve 2 şişe maden suyu ilave edip hemen servis yapın.

PÜF NOKTASI

1 Limonata yaparken dikkat edilmesi gereken en önemli püf noktası; limon kabuklarını rendenin ince tarafıyla, beyaz kısmına inmeden rendeleyin. Limonun beyaz kısmı tadının acı olmasını sağladığından tercih edilmiyor.

2 İyi bir limonata aromasının güçlü olması için doğranmış limonlar ile toz şekeri karıştırıp mutlaka 1 gün buzdolabında bekletin.

3 Konsantre limonatayı isterseniz buz kalıplarına veya hazır buz poşetlerine boşaltıp dondurabilirsiniz. Daha sonra istediğiniz zaman çıkarıp üzerine su ve taze nane yaprakları ilave ederek içebilirsiniz.

4 İçine başka bir şey koymazsanız bu tarifimiz klasik limonata olur. Portakal suyu ve taze nane eklerseniz Osmanlı saray limonatası, taze nane, taze kekik ve taze fesleğen eklerseniz Kuzey Afrika limonatası, karabiber eklerseniz de Avrupa limonatası yapmış olursunuz!

5 Eğer tarçın-karanfil tadını seviyorsanız; bir parça tülün içine kabuk tarçın ve 3-4 karanfil tanesi koyup bağlayın ve limonatanın içinde bir süre tadı çıkana kadar bekleterek farklı bir tat yakalayın.

Ev yapımı konsantre limonata

15-20 KİŞİLİK

- **8 adet limon**
- **1 adet portakal (İsteğe bağlı)**
- **1 kg toz şeker**

1 Limonları güzelce yıkayıp kurulayın. Rendenin ince tarafıyla kabuklarını derin bir kabın içine, beyaz kısımlarını almadan hafifçe rendeleyin.
2 Tüm limonları küçük küçük doğrayın ve rendelediğiniz kabukların üzerine ilave edin. Toz şekeri de limonları tamamen kapatacak şekilde üzerine boşaltın. Kabın üzerini kapatıp buzdolabına alarak 1 gece bekletin. Bu işlem limonun şekerle birleşerek aromasını tamamen bırakmasını sağlar.
3 Ertesi gün elinizle iyice ovalayıp sıkarak limonların suyunun tamamen çıkmasını ve toz şekerle iyice özdeşleşmesini sağlayın. Limonların suyu tamamen çıktıktan ve şekeri eridikten sonra ince dokulu bir süzgeçten veya temiz bir tülbentten süzerek şişelere doldurun. Hava almayacak şekilde ağızlarını kapatın.
4 Limonatayı içeceğiniz zaman bir sürahiye bir miktar (2 çay bardağı) konsantre limonata koyup, üzerini soğuk suyla tamamlayın. Tadını damak zevkinize göre ayarlayın.

Limonata ne kadar şekersiz olursa o kadar iyi. Vücut direncini yükselten limonata sağlıklı bir kış geçirmek için mutlaka tüketilmeli.

Limonata metabolizmayı geliştiriyor ve pH dengesini düzenlemeye yardımcı oluyor.

Sıcaktan bunaldığımızda imdadımıza yetişen limonata, içerdiği C vitamini ile diğer gazlı ve asitli içeceklerle karşılaştırılamayacak kadar besin değeri yüksek bir içecek. Vitaminini koruması için taze sıkılmış limon suyunun kullanılması gerekiyor.

Vücudun ihtiyacı olan nemi sağlayan limonata, erken yaşlanmaya karşı bir savunma kalkanı.

Limonata idrar sitratını artırarak taş oluşmasını da engelliyor.

Günlük C vitamini ihtiyacını karşılamanın yanında en şiddetli ağrılardan biri olan böbrek ağrısını dindirmek için limonata içilmeli.

www.elele.com.tr

elele

HEDİYE KİTAP

AĞUSTOS
SAYI: 2019-8
13 TL

ZARİF& ASİL AYBÜKE PUSAT

HEDİYE KİTAP

+Estetik trendleri

MODA HAPPY MOOD!

- İNDİRİMDEN AL
- CAZİBELİ NARÇİÇEĞİ
- JEAN ETKİSİ
- İDDİALI SARAYLI: KAFTAN
- TİŞÖRT OLMADAN ASLA

YAVAŞLAMAK GEREK

* ITIR ESEN
* EGE KÖKENLİ
* TEPKİ
* AYBÜKE ALBERE

HAYATINDA BİRİ VAR MI?

Bir soru bu kadar *sıkıcı olmamalı*

ISSN 1300-5820
9 771300 582008
K.K.T.C. 16.50 TL

Ev dekorasyonunda yeni bir tarz

Modern biçimle yorumlanan Türk tezhip sanatı, yaşam alanlarına yeni bir soluk getiriyor. Bin yılı aşan tarihi ile Uygur Devleti'nden bugüne uzanan motiflerin hayat verdiği tezhip sanatı, müzehhibe Dilara Yarcı'nın elinden yeniden yorumlanıyor. Evlerin vazgeçilmez aksesuarları kırlentler, el ve makine ile nakşedilen özgün tasarımlarla Unique by Dilara Yarcı markasıyla birer sanat eserine dönüşüyor. İlgilenenler için; www.uniquebydilarayarci.com

Hayallerinizi kestirip atmayın

Elseve hayalinizdeki uzun saça kavuşmanız için sizi yepyeni bir ürün ailesiyle buluşuyor. L'Oréal Paris Elseve Dream Long Uzun Saç Bakım Karışımı; bitkisel keratin, Hint yağı ve vitaminlerle zenginleştirilmiş formülü ile saçlarınızın son 3 cm'sini bile kurtarmanızı sağlıyor. İlgi çekici ambalajları ve dinamik enerjisiyle de bu yazın en hit ürünlerinden biri olması bekleniyor.

BAYRAMIN TADI ALAÇATI'DA ÇIKAR

Türkiye'nin en popüler tatil beldelerinden Alaçatı'da en sevilen mekanlar arasında yerini alan Hammam, Kurban Bayramı ve ağustosta da yine tatilcileri ağırlayacak. İşletmeciliğini Serkan Koca'nın yaptığı Hacımemiş'in en popüler mekanlarından olan Hammam Alaçatı, hem bayram hem de ağustos ayı için tatilcilerine yine muhteşem lezzetler ve sınırsız eğlence vaat ediyor.

Cildinize koruma kalkanı

Diri, canlı ve dolgun bir cildin sırrı kolajende saklı. Biz yaşlandıkça ciltte kolajen üretimi azalıyor, sonuç ise sıkılığını kaybeden ve kırışan bir cilt oluyor. 110 yılı aşkın dermatoloji uzmanlığına sahip Diadermine, şimdi LIFT+ Koruyucu Losyon ile cildinizi hem zamana hem de güneşe karşı koruyor.

Sağlıklı yaşamın buluşma merkezi

Hilton Dalaman Sarıgerme Resort & SPA, sağlıklı yaşam mottosunun günümüzde daha fazla benimsenmesine öncü oluyor. Misafirlerine, beslenme alışkanlıklarına yönelik olarak alkali, vejetaryen ve vegan büfe seçenekleri ile hizmet veriyor. Ayrıca bölgenin en büyük SPA'sı olan Elysion SPA'da, vücudunuzu ve zihninizi yenileme fırsatı veriyor.

Efsane tropik lezzet

Dünyanın en sevilen dondurulmuş yoğurt markası Pinkberry, sıcak yaz günlerinde sizi adeta tropik adalara götürecek lezzetli bir seçenek sunuyor. Pinkberry'nin aroma alternatifleri arasına Hindistan cevizi eklendi.

GURME LEZZETLER

Titanic Mardan Palace'da, otel içerisinde yer alan ana ve 8 a'la carte restoranda tüm mönüler özenle seçiliyor. Uluslararası ve ödüllü şeflerin de yer aldığı mutfak ekibi, her bölgenin öne çıkan yemeklerini tam anlamıyla yöresel usulüne uygun tekniklerle pişirmeye önem veriyor. Her restoranda özellikle damak tadına hitap eden, çeşit çokluğundan ziyade yemeklerin lezzetinin önem kazandığı bir mönüye yer veriliyor. Mönüler hazırlanırken kesinlikle hazır ürünler kullanılmıyor.

EĞLENCENİN DORUKLARINA ÇIKIN

Son 3 yıldır İstanbul ve Alaçatı gece hayatının lokomotif mekanlarından biri olan Esnaf, bu yaz bünyesine bir de plaj kattı. Çeşme'nin en güzel denizine sahip olan Altınkum'da açılan "Esnaf on the Beach" plaj, restoran ve parti alanından oluşan yeni ve farklı konsepti ile tatilcilerin beğenisini kazandı.

MÜKEMMEL BİRLEŞİM

Tchibo, sıcak yaz günlerine özel sunduğu Mazagrande ile gerçek kahve lezzetini limonun ferahlatıcı etkisiyle bir araya getiriyor. Yaz sıcaklarında alternatif lezzetler arayan kahve severlerin günlerine ferahlık katıyor. Yazın favorisi olan limon ve kahvenin mükemmel uyumu ile her yudumda tazelenmeye hazır olun.

TARZI OLAN KIZLARA

Çocuk ve genç modasının en yeni markalarından Newgen By Sancaktar, birbirinden güzel ve renkli modelleriyle bayramda da çocukların gözdesi. 1-18 yaş kız çocuklarına birbirinden güzel tasarım kıyafetler sunan Newgen By Sancaktar ile çocuklar bayram havasına bürünecek.

SU ALTINDA DA ŞIKLIĞINIZDAN ÖDÜN VERMEYİN

Victorinox'un dalgıç saatleri, su altı sporları meraklılarına hitap ediyor. Zorlu 130 dayanıklılık homologasyon testinden başarıyla geçen tek İsviçre saati özelliğini kazandı. I.N.O.X Profesyonel Dalgıç, modern tasarımı, turuncu ve lacivert rengiyle erkeklerin sportif ve modern tarzını tamamlıyor.

LEZZET KATAN ÖNERİLER

Bayramlarda ailenizle ve sevdiklerinizle bir araya gelmenin en lezzetli yolu kalabalık sofralardan geçiyor. Muratbey'in tüm öğünlere lezzet katan peynirlerini farklı tariflerde kullanmaya ne dersiniz? Muratbey'in lezzetli peynirleri ile bayrama özel benzersiz yemekler hazırlayabilir, ikramlarınızı zenginleştirebilirsiniz.

Kebap zamanı

Gaziantep'in meşhur Birecik patlıcanının tam mevsimi! Ziya Şark Sofrası, Sirkeci ve Fatih şubelerinde, her sene temmuz ayı ile başlayan eylüle kadar süren Birecik patlıcanını mevsiminde sizinle buluşturmaya devam ediyor.

İtalyan lezzetleri Bodrum'da

Geçtiğimiz yıl Bodrum Küçükbük'te sezona iddialı giriş yapan Serafina Mare, bu sezon da iddiasını sürdürmeye devam ediyor. Beach ve restoran hizmeti veren ve bu sezon da residence kısmını açarak daha geniş beach gibi bazı yeniliklerle giren mekan, damaklarda unutulmaz izler bırakan İtalyan tatlarını lezzet tutkunlarına sunuyor.

ÇİZİLMEYEN KESME TAHTASI

Bekerwood markasının son tasarımı Endgrain kesme tahtaları, ağacın hücresel yapısından dolayı, kesme işlemi sırasında ağaç lifleri kesilmez ve yüzey bütünlüğünü korur. Endgrain kesme tahtaları, yatay kesme tahtaları ile kıyaslanmayacak kadar uzun ömürlü ve hijyeniktir.

IŞILTI SAÇ

Işıltıyla kışkırtın, renkle cezbedin. Sonsuz ifade yaratma arzunuzu ateşleyecek 12 çarpıcı renkten oluşan sınırlı sayıdaki NARS göz farı paletinin yaratacağı mat, parlak ve ışıltılı bitişlerle baştan çıkarmaya hazır olun.

Doğa dostu yeni seri

Ev dışı tüketim sektörüne yönelik çözümler sunan Eczacıbaşı Profesyonel, geri dönüşümlü ürünleri sektöre kazandıran yeni bir seriyi hayata geçirdi. Doğa dostu serinin ürünleri yüzde 80 geri dönüşümlü kağıttan üretiliyor. Jumbo havlu, z katlama dispenser havlu, sensörlü dispenser havlu ve peçeteden oluşan serinin üretiminde daha az enerji ve su harcanıyor.

KUSURSUZ DİLİMLENEN ETLER

Paslanmaz çelik, suya ve darbeye dayanıklı yapısıyla farkını ortaya koyan bıçaklar, 10 cm uzunluğuyla kolay kullanım sağlıyor. Isıl işlem, bıçak ağzına sağlamlık katarken aynı zamanda alüminyum perçinler tutturulmuş işlemeli polywood sapı, Tramontina Churrasco bıçaklarının kalitesini gözler önüne seriyor. Darbe ve yüksek sıcaklıklara dayanıklı bıçaklar, bulaşık makinesinde yıkanabilme özelliğiyle yemek severlerin vazgeçilmezi oluyor.

Lezzetli müzik lezzetli yemek

Kafi Alaçatı, canlı müzik keyfiyle birlikte lezzetleri ile de adından söz ettiriyor. Meze ve kebapları ile tam not alan mekan, sizi bekliyor. Kurban Bayramı boyunca, Mert Davran şarkılarını yorumlarken, Deniz Yükseler de çarşamba ve cuma günü sahnede olacak.

evim

TÜRKİYE'NİN EN ÇOK SATAN PRATİK EV FİKİRLERİ VE ALIŞVERİŞ DERGİSİ

Ağustos sayısının içinde yüzzzlerce fikir var!!!

Yazı içeri davet etmenin farklı yolları Ağustos sayımızda: Parlak güneş ışığında, beyaz mobilyalar, zengin renkler, çiçek ve bitki mozaikleri ve biraz da yaratıcı dokunuşlar ile evlerimizi dekore ediyoruz.

Dijital Dergi Aboneliği için;
www.eMecmua.com

Enerjik yaz

Yüksek enerjinin kaynağı yaza yaraşır renkleri, sofranıza da taşıyın.

PAMUKLU MUTFAK BEZİ 2'Lİ, ZARA HOME, ₺ 29.95

LE CREUSET BİBER DEĞİRMENİ, ALTINCICADDE, ₺ 269

KADEH, MUDO CONCEPT, ₺ 22.99

HECHA DÖKÜM TENCERE, ALTINCICADDE, ₺ 529

SÜZGEÇLİ DEMLİK, PORLAND, ₺ 67.50

KETEN MUTFAK ÖNLÜĞÜ, H&M, ₺ 79.99

KANCAEV SEDEF TABAK, ALTINCICADDE, ₺ 69.90

KETEN MASA ÖRTÜSÜ, H&M, ₺ 249

STONEWARE KUPA, H&M, ₺ 67.99

MİNDER, H&M, ₺ 89.99

KAHVE FİNCANI SETİ, BOYNER EVDE, ₺ 99.90

Hazırlayan: BÜŞRA SARI TINAZTEPE

www.burda.com.tr

www.facebook.com/BurdaDergisi - www.instagram.com/burdaturkiye
www.twitter.com/BurdaDergi - https://www.youtube.com/BurdaDergisiTR

Baskılı plütonik ay tutulması bizi nasıl etkileyecek?

ÖZLEM KÜRKLÜ ADAKAN
ISAR CAP DANIŞMAN ASTROLOG
@yildizgunlugum
@yildizgunlugum.astroloji
yildizgunlugum@gmail.com

17 Temmuz saat 00:39'da Oğlak burcunun 24 derecesinde biraz bizi duygusal anlamda baskı altına alan, yoğun duygular içinde olacağımız zorlayıcı bir ay tutulması deneyimledik. Yaklaşık etkileri üç ay sürecek olan bu ay tutulması ile aslında 6 Ocak'taki Oğlak burcunda deneyimlediğimiz güneş tutulması ile hayatımıza giren yoğun bir değişim, dönüşüm, bizi mutsuz eden kalıpların, kurulu düzenin yıkılması ve yenisinin kurulması adına yapmaya başladıklarımızın, girişimlerimizin ilk sonuçlarını almaya başlayacağız. Evet, bizim alışık olduğumuz ve kolay kolay değiştirmeye cesaret edemediğimiz kurulu düzenimiz artık alarm veriyor. Koridorun son dönemecindeyiz, alışkanlıklarımızı öyle ya da böyle yenilemek, değiştirmek durumundayız. Özellikle devlet, kurulu düzen, kurumsal/iş hayatına ilişkin konular hayatımızda dönüşmek üzere, önemli adımlar atmaya başladık ve şimdi ilk sonuçları göreceğiz önümüzdeki üç ay.

KOÇ VE YÜKSELEN KOÇ

21 Mart-20 Nisan

Önümüzdeki üç aylık dönemde kariyer hayatınız, toplumsal statünüzle ilgili önemli dönüşümler var. İş değişikliği yapabilirsiniz. Aynı işinizde devam etseniz bile, çalışma düzeniniz değişebilir. Bazı yükselen Koçlar evlenebilir, boşanabilir, ebeveyn olabilir bu dönemde. Ev-iş hayatı arasındaki dengeyi sağlamanız zor olacak.

ASLAN VE YÜKSELEN ASLAN

23 Temmuz-22 Ağustos

Önümüzdeki üç aylık süreçte çalışma ortamınız, beraber çalıştığınız kişiler, astlarınızla ilgili önemli değişim ve dönüşüm söz konusu olabilir. Yeni bir çalışma ortamı kurulabilir, iş değiştirebilirsiniz. Bazı kişiler ayrılabilir, yeni çalışma arkadaşlarınız olabilir. Sağlığınızla ilgili de dikkatli olmanız gereken bir dönem. Ufak rahatsızlıkları ihmal etmeyin.

YAY VE YÜKSELEN YAY

23 Kasım-21 Aralık

Önümüzdeki üç aylık dönemde maddi kaynaklarınız ve parasal durumunuzla ilgili önemli değişimler söz konusu olabilir. Yeni bir para kazanma düzeni kurabilirsiniz, bazılarınız iş değiştirebilir. Kazançlarınızı düzene sokma ve yatırımlar yapma arifesindesiniz. İş hayatında yeteneklerinizi ortaya koyarken daha gerçekçi ve hızlı olmalısınız.

BOĞA VE YÜKSELEN BOĞA

21 Nisan-20 Mayıs

Önümüzdeki üç aylık dönemde yurt dışı, uluslararası bağlantılı konular hayatınızda kritik bir şekilde ön plana çıkabilir. Yurt dışında yeni bir düzen kurmayı hedefleyebilirsiniz. Bazı yükselen boğalar yurt dışına yerleşebilir. Yurt dışı bağlantılı iş ilişkileri, sorumluluklar konusu sizi baskı altına alabilir. Hayata bakış açınız, inançlarınız tamamen yenileniyor.

BAŞAK VE YÜKSELEN BAŞAK

23 Ağustos-22 Eylül

Önümüzdeki üç aylık dönemde çocuklar, hobileriniz ve aşk hayatınızla ilgili konular dikkat çekici olabilir. Sizi mutsuz eden, işe yaramayan mevcut aşk ilişkilerinizi sonlandırabilir, yeni ilişkilere yelken açabilirsiniz. Çocuklarınızın hayatıyla ilgili kritik kararlar alabilir ve ciddi bir düzen değişikliği yapabilirsiniz. Hayatta size keyif veren konuları ele alacağınız dönemdesiniz.

OĞLAK VE YÜKSELEN OĞLAK

22 Aralık-20 Ocak

Önümüzdeki üç aylık dönemde mevcut kişisel girişimlerinizin ve başlatacağınız yeni girişimlerinizin hayatınız açısından kritik bir önemi olacak. Kendiniz ve hedeflerinizle ilgili çok önemli kararlar alacaksınız. Adeta dönüm noktasına varacaksınız. Yeni başlangıçlar söz konusu. Bazı yükselen oğlaklar mevcut evlilik ve ilişkilerini sonlandırabilirler bu zaman zarfında.

İKİZLER VE YÜKSELEN İKİZLER

21 Mayıs-21 Haziran

Önümüzdeki üç aylık dönemde başkalarıyla ortaklaşa yapmış olduğunuz maddi yatırımlarınız, borçlar ve ödemelerinizle ilgili kritik düzenlemeler yapacaksınız. Bazı parasal ortaklıkları bu dönemde sonlandıracak, ödeme/borç dengenizi yeniden yapılandıracaksınız. Miras ile ilgili gelişmeler olabilir. Eşinizin para kaynakları değişebilir, yeni bir işe geçebilir.

TERAZİ VE YÜKSELEN TERAZİ

23 Eylül-22 Ekim

Önümüzdeki üç aylık dönemde ev, yerleşim yeri ve aile ile ilgili konular kritik bir sürece giriyor. Yeni bir ev düzeni kurabilirsiniz veya taşınabilirsiniz. Bu dönemde önemli ailevi kararlar alma arifesindesiniz. Yeni düzeniniz sizi çok daha mutlu edecek. Babanızla veya aile büyüklerinizle ayrıca daha çok ilgilenin, sizin desteklerine ihtiyaç duydukları bir zamandasınız.

KOVA VE YÜKSELEN KOVA

21 Ocak-19 Şubat

Önümüzdeki üç aylık dönemde arka planda dönen, gizli kalan konular hayatınızda birden fener tutmuşçasına aydınlanabilir ve ön plana çıkabilir. Kendinizi, kontrolünüz dışında gerçekleşen kadersel olaylar zincirinde bulabilirsiniz. Çok fazla müdahale şansınız yok maalesef bu dönemde. Olayları gelişine bırakmakta fayda var. O yüzden gizli düşmanlıklar konusunda dikkatli olun.

YENGEÇ VE YÜKSELEN YENGEÇ

22 Haziran-22 Temmuz

Evlilik veya uzun süreli ortaklıklarınız hayatınızda kritik bir şekilde dönüşüme uğrayabilir. İşe yaramayan iş ortaklıklarınızı sonlandırabilir, yeni anlaşmalar yapabilirsiniz. Özel hayatınızda sizi mutsuz eden beraberliklerinizle ilgili son noktayı koyma arifesindesiniz. Yeni ilişkiler, yeni düzen kapıda.

AKREP VE YÜKSELEN AKREP

23 Ekim-22 Kasım

Önümüzdeki üç aylık dönemde yakın çevreniz, kardeşleriniz ve akrabalarınızın hayatıyla ilgili önemli değişimler gündeme gelebilir. Onlara destek olmanız gereken bir zamandasınız. Aynı zamanda yakın çevre değişikliğine gidebilir, başka bir semte taşınabilirsiniz. Günlük rutininizi gözden geçirmeniz gereken bir dönem, gereksiz alışkanlardan kurtulmalısınız.

BALIK VE YÜKSELEN BALIK

20 Şubat-20 Mart

Önümüzdeki üç aylık dönemde arkadaşlıklarınız, sosyal çevreniz önemli değişim, dönüşüm sürecinden geçecek. Kendinize yeni bir sosyal çevre kurabilirsiniz. Bazı arkadaşlıklar bu dönemde bitebilir, yenileri gelebilir. Gelecek hedefleriniz konusunda daha ısrarcı olacaksınız. Mevcut miadını doldurmuş planlarınızı çöpe atacak ve yeni hedefler belirleyeceksiniz.

YEPYENİ BİR ÖZEL SAYI

Yaz boyunca severek kullanacağınız, neşenize neşe katacak, bakanın bir daha bakacağı pek çok aksesuar önerisi adım adım açıklamaları ve patronlarıyla Burda Aksesuar dergisinde.

www.burda.com.tr

www.facebook.com/BurdaDergisi - www.instagram.com/burdaturkiye
www.twitter.com/BurdaDergi - https://www.youtube.com/BurdaDergisiTR

Fihrist

21 dakikada ahududu reçeli 62
21 dakikada böğürtlen reçeli 61
21 dakikada çilek reçeli 64
Acı biberli ayran çorbası 67
Anjelik erikli dondurulmuş yoğurt 55
Buğdaylı karides 14
Cacıklı patlıcanlı köfte 46
Cevizli paşa kurabiyesi 25
Ciğer yahnisi 35
Çikolatalı ve lokumlu brownie 28
Dondurulmuş üzümler 58
Erik reçeli 64
Ev yapımı konsantre limonata 72
Fırında kuzu kol 36
Fırında vişneli pankek 20
Güveçte patatesli patlıcan sufle 42
Hurmalı vanilyalı dondurma, ılık frambuaz sosu ve şeftali ile 57
Ispanaklı patates püresi yatağında kuzu pirzola 34
Izgara şeftalili bahçe salatası 50
İç pilavlı gerdan dolması 31
Kabak beğendili et sote 42
Kabak çiçeği dolması 52
Kabaklı ve yarma mısırlı ayran çorbası 69
Kavunlu muzlu dondurma 58
Kayısı reçeli 62
Kayısılı Hindistan cevizli dondurulmuş yoğurt 59
Kısır 12
Kiraz reçeli 63
Kokulu üzümlü karpuz frozen 22
Limon kabuğu reçeli 63
Limon kremalı sakızlı parfe 13
Lor peynirli incirli tart 49
Nohutlu imam bayıldı 51
Nohutlu zeytinyağlı kabak 44
Otlu kaymaklı bulgur pilavı 27
Pesto soslu fırında patlıcan kebap 44
Peynirli kabak dolması 14
Pideli kuzu incik 36
Rezeneli ve hurmalı kuzu tagine 32
Salatalı baton peynir 50
Sezar salata 65
Siyah üzümlü bomba tatlısı 21
Siyah üzümlü ve cevizli turta 20
Soğuk avokado çorbası 69
Soğuk patates çorbası 67
Soğuk patlıcan çorbası 68
Soslu kuzu külbastı 34
Şeftali reçeli 64
Tam tahıllı ve nar ekşili salata 26
Tavuklu kabak salatası 41
Ton balıklı makarna salatası 13
Vişneli bamya 53
Vişneli kakaolu dondurulmuş pasta 56
Vişneli semizotu cacığı 52
Vişneli soğuk tatlı 18
Vişneli ve Hindistan cevizli limonata 22
Yaban mersini reçeli 62
Yabani incir reçeli 61
Yaz meyveleri çorbası 68
Yedi bölge baharatlı kuzu şiş, sebze ızgara ile 26

LEZZET

YAYINCI
DOĞAN BURDA DERGİ YAYINCILIK VE PAZARLAMA A.Ş.

İcra Kurulu Başkanı CEM M. BAŞAR

Yayın Yönetim Danışmanı FERHAN KAYA POROY *fkaya-danisman@doganburda.com*
Yayın Yönetmeni VECİHE SÖZERİ (Sorumlu) *vsozeri@doganburda.com*

Yazı Kurulu
HÜLYA ÇAKIR hcakir@doganburda.com
BÜŞRA SARI TINAZTEPE bsari@doganburda.com

Görsel Danışman
SULTAN SARIDAĞ

Fotoğraflar
SEZER ALÇINKAYA, İLKAY ÖZTÜRK, ÖZGÜR BAKIR

Katkıda Bulunanlar
FEHİRE MISIRLI, İNCİ BAK, İREM ŞAHİNLER

Ankara Temsilcisi ERDAL İPEKEŞEN T. 0312 207 00 71

YÖNETİM
Tüzel Kişi Temsilcisi MEHMET RAUF ATEŞ
Satış ve Dağıtım Direktörü EGEMEN ERKOROL
Finans Direktörü DİDEM KURUCU
Üretim Planlama Direktörü YAKUP KURTULMUŞ
Etkinlik ve Proje Direktörü ALİ ERMAN İLERİ

REKLAM
Grup Başkanı NİSA ASLI ERTEN ÇOKÇA
Grup Başkan Yardımcısı SEDA ERDOĞAN DAL
Satış Müdürü İPEK TUNALI, ŞERİFE DÖKMETAŞ

Reklam Teknik
Teknik Müdür AYFER KAYGUN BUKA
T. 0212 336 53 61-62

ULUSLARARASI REKLAM SATIŞ TEMSİLCİLERİMİZ
ALMANYA Michael Neuwirth T. +49 89 9250 3629 michael.neuwirth@burda.com
AVUSTURYA / İSVİÇRE Christina Bresler T. +43 1 230 60 30 50 Christina.Bresler@burda.com
FRANSA/LUKSEMBURG /BELÇİKA /HOLLANDA Marion Badolle-Feick T. +33 1 72 71 25 24 marion.badolle-feick@burda.com
İNGİLTERE /İRLANDA Jeannine Soeldner T. +44 20 3440 5832 jeannine.soeldner@burda.com
ABD/KANADA/MEKSİKA Salvatore Zammuto T. +1 212 884 48 24 salvatore.zammuto@burda.com
YUNANİSTAN /PORTEKİZ /İSPANYA/HİNDİSTAN /ASYA Jessica Loose T. +49 89 92 50 2468 jessica.loose@burda.com
İSKANDİNAV ÜLKELERİ Ulrik Brostrom T. +45 2328 9769 ubr@jbmedia.dk

REZERVASYON
T. 0212 336 53 00-57-59 F. 0212 336 53 92-93

Ankara Reklam Satış Müdürü: BELİZ BALİBEY T. 0312 207 00 72-73

Reklam Hedef Sayfalar (Küçük ilanlar)
T. 0212 336 53 70
F. 0212 336 53 91

Bölgeler Reklam Satış Müdürü: DİLEK ÜNLÜ dunlu@doganburda.com
T. 0212 336 53 72 F. 0212 336 53 91

BASKI Bilnet Matbaacılık ve Yayıncılık A.Ş. Dudullu Org. San. Bölgesi 1. Cad. No: 16 Ümraniye-İST
T. 0216 444 44 03 F. 0216 365 99 07-08 Sertifika No: 42716
www.bilnet.net.tr
YÖNETİM YERİ Kuştepe Mah. Mecidiyeköy Yolu Cad. No: 12 Trump Towers Kule 2 Kat: 21-22-23 34387 Şişli-İst.
T. 0212 410 32 00 F. 0212 410 35 81

DAĞITIM TURKUVAZ DAĞITIM PAZARLAMA A.Ş.

Yayın Türü Yerel, süreli, aylık © Lezzet Dergisi, Doğan Burda Dergi Yayıncılık ve Pazarlama A.Ş. tarafından T.C. yasalarına uygun olarak yayınlanmaktadır. Lezzet Dergisi'nin isim ve yayın hakkı Doğan Burda Dergi Yayıncılık ve Pazarlama A.Ş.'ye aittir. Dergide yayınlanan haber, yazı, fotoğraf, yemek tarifi, illüstrasyon ve konuların her hakkı saklıdır. İzinsiz kaynak gösterilerek dahi alıntı yapılamaz.

DB Okur Hizmetleri Hattı T. 0212 478 0 300 okurhizmetleri@doganburda.com
HER GÜN SAAT 9.00-22.00 ARASINDA HİZMET VERİLMEKTEDİR.

DB Abone Hizmetleri Hattı T. 0212 478 0 300 - F. 0212 410 35 12-13
abone@doganburda.com

FIPP üyesidir.

macro & MORE

macro center

YAZIN TADINI ÇIKARMA ZAMANI!

Güneş pırıl pırıl, masmavi sular davetkâr, ''tatil" kelimesinin en cazibeli olduğu aydayız!

Yazın son durağı Ağustos, Macrocenter'lara mevsimin en taze meyve ve sebzeleriyle, birbirinden özel ürünlerle geliyor...
Macromore.com'da ise lavantalı revani, zerdeçallı bulgur, kuru erikli dana tajin, kuzu kapama reçeteleriyle hem yaz hem bayram sofralarına lezzet katıyor, güney koylarının ve sahillerinin uğranılması gereken rotalarına son bir bakış atıyor, sonbahara girmeden önce buzdolabını hazırlamanın yollarını araştırıyoruz.

Mevsimin tadını sonuna kadar çıkarmak, aklımız geride kalmadan vedalaşmak için Ağustos'ta dopdolu içeriklerle macromore.com'dayız!

Keyfiniz ve güneşiniz bol olsun!

INSTAGRAM /macrocenterTR

FACEBOOK /macrocenterTR

TWITTER /macrocenterTR

BİR VESTEL İCADI

VAKUM TEKNOLOJİLİ BUZDOLABI

Buzdolabı kapağında bulunan vakumlama teknolojisi sayesinde yiyeceklerinizin ömrünü uzatan gururla yerli buzdolabı **Türkiye'de ilk defa Vestel'de!**

Kendim için
ülkem için
geleceğimiz için
Gururla

ZORLU

VESTEL